

Rezept

Würziges Rindfleisch mit Austernsauce

Ein Rezept von Würziges Rindfleisch mit Austernsauce, am 09.06.2026

Zutaten

500 g Rinderlende oder -filet	1/2 EL Speisestärke
1 EL Reiswein	Salz
1 grüne Paprikaschote (oder 200 g Brokkoliröschen)	1 Stück Ingwer (2 cm)
2 EL Sojasauce	2 Knoblauchzehen
1 TL Zucker	3 EL Austernsauce
	4 EL Öl

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 4 PERSONEN | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 265 kcal

Zubereitung

1. Das Fleisch erst in dünne Scheiben, dann in feine Streifen schneiden. Die Speisestärke mit dem Reiswein, 1 EL Wasser und etwas Salz verrühren. Fleisch untermischen.

2. Paprika waschen, putzen und in Rauten schneiden. Ingwer und Knoblauch schälen und fein hacken. Sojasauce mit Austernsauce und Zucker verrühren.

3. Das Öl erhitzen, das Fleisch darin bei starker Hitze unter Rühren etwa 1 Min. braten. An den Rand schieben. Ingwer und Knoblauch kurz braten, dann die Paprika dazugeben und etwa 2 Min. weiter braten. Das Fleisch wieder untermischen, die Sauce dazurühren und abschmecken.