



Schweinefleisch süßsauer

Zutaten

- 280 bis 300 g Schweinefleisch (z.B. Schnitzel-, Nacken- oder Bauchfleisch)
- 4 EL Speisestärke
- ¼ rote Paprika
- ¼ grüne Paprika
- 100 g Dosenananas, abgetropft
- 1 Zwiebel
- 60 g Gurke
- 1 Tomate

Marinade:

- 2 EL Sojasauce (hell)
- ¾ EL Sherry
- ½ TL Zucker
- ½ Ei

Sauce:

- 60 mL Sirup
- ½ EL Sojasauce (hell)
- 2 gehäufte EL Zucker
- 20 mL weißer Essig (z.B. Spritessig)
- 1 gehäufte EL Tomatenmark
- ½ EL Speisestärke
- ¾ - 1 flacher TL Salz

Infos

Portionen: 2

Zubereitung

- Das Fleisch, die Paprikastücke, die Zwiebel, die Gurke, die Tomate und gegebenenfalls auch die Ananas in mundgerechte Stücke schneiden
- Die Marinadezutaten alle zusammenmischen und das Fleisch ca. 1 Stunde im Kühlschrank darin marinieren lassen
- Das Fleisch nach dem Marinieren abtropfen und dabei die Marinade aufheben
- Die aufgehobene Marinade mit den ganzen Zutaten für die Sauce verrühren
- Die abgetropften Fleischstücke mit den 4 EL Speisestärke umhüllen, frittieren bis sie innen gar und außen braun sind und sie dann auf Küchenpapier geben
- Das Gemüse in etwas Öl 1-2 min (bei mittlerer bis hoher Hitze) anbraten, dann die Ananasstücke und die Sauce hinzufügen und ganz kurz köcheln lassen bis die Sauce genug eingedickt ist (ca. 1 min)
- Die panierten Fleischstücke hineingeben und gut mischen, sodass diese ringsum mit der Sauce umhüllt sind



www.my-yasilicious.com

www.facebook.com/yasilicious

www.youtube.com/yasiliciousDE