

Lauch-Hackfleisch aus dem Wok



Zubereitung

Für 4 Personen

1. Den Lauch rüsten, in etwa 5 cm lange Stücke schneiden, diese längs halbieren, dann in feine Streifen schneiden.

2. Die Chilischote der Länge nach halbieren, entkernen, in Streifen und diese in kleine Würfelchen schneiden. Die Zwiebel und den Knoblauch schälen und fein hacken. Den Ingwer schälen und fein reiben.

Zutaten

500 g Bleichlauch
1 Stück Chilischote, rot
1 Stück Zwiebel, mittel
1 Stück Knoblauchzehe
1 Stück Ingwer, frisch, baumnussgross
4 Esslöffel Öl
400 g Hackfleisch, gemischt
2 Teelöffel Currypulver
1.5 dl Gemüsebouillon
2 Esslöffel Sojasauce
Salz, schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

3. In einem Wok oder in einer grossen Bratpfanne das Öl erhitzen. Das Hackfleisch darin krümelig braten. Chilischote, Zwiebel, Knoblauch, Ingwer und Curry beifügen und alles kurz mitbraten. Dann den Lauch untermischen, die Bouillon und die Sojasauce dazugiessen und alles unter häufigem Wenden 5 Minuten lebhaft kochen lassen. Mit Salz, Pfeffer und wenn nötig Curry abschmecken.

Als Beilage passt Basmatireis.