

# Schweinsgeschnetzeltes an süss-saurem Chili mit Mango



## Zubereitung

Die Asiaten bereiten immer nur einzelne Portionen im Wok zu. Bei unseren Rezepten, die für 4 Personen berechnet sind, ist es daher ratsam, das Fleisch nicht in einer, sondern in zwei Portionen anzubraten. Die Mango sollte für dieses Gericht nicht vollreif sein, sonst zerfällt sie beim Garen gerne.

Für 4 Personen

1 Die Frühlingszwiebeln mitsamt schönem Grün in feine Ringe schneiden. Den Knoblauch schälen und fein hacken.

2 Den Peperoncino der Länge nach halbieren und je nach gewünschter Schärfe entkernen und in feine Streifen schneiden.

3 Die Schale einer halben Limone fein abreiben und die Frucht auspressen. Die Mango schälen, das Fruchtfleisch vom Stein und anschliessend in Würfel schneiden.

4 Den Koriander fein hacken.

5 Das Geschnetzelte mit wenig Salz würzen und gut mit dem Maizena mischen.

## Zutaten

3 Bund Frühlingszwiebeln

2 Knoblauchzehen

1 Peperoncino

1 Limone

1 Mango, nicht zu reif

0.5 Bund Koriander

500 g Schweinsgeschnetzeltes

Salz

1 Teelöffel Maizena

2 Esslöffel Sonnenblumenöl, ersatzweise

Rapsöl

0.5 dl Reiswein

1 dl Chilisauce, süss-sauer

6 Den Wok gut vorheizen. 1 Esslöffel Öl hineingeben und das Fleisch darin portionenweise kurz und kräftig anbraten. Das Fleisch soll noch nicht durchgebraten sein, damit es am Schluss in der Sauce nochmals erwärmt werden kann, ohne dass es zäh wird.

7 Das Fleisch aus dem Wok nehmen und auf einen Teller geben. Im restlichen Öl die Frühlingszwiebeln, den Knoblauch und den Peperoncino andünsten. Mit Reiswein, Limonensaft und -schale, sowie Chilisauce ablöschen, die Mango beifügen und alles kurz aufkochen lassen. Zuletzt das Fleisch und den Koriander beifügen und alles nur noch kurz aufkochen lassen.

8 Sofort in vorgewärmten Schalen anrichten. Dazu passt Basmatireis.