

Wildschweingeschnetzeltes Asia Style



Zutaten

- 600 g Wildschweinfilet, oder Wildschweinentrecote
- 2 Stück Knoblauchzehen
- 1 Stück Chilischote
- 1 Teelöffel Currypaste, rot
- 0.5 Teelöffel Kardamom, gemahlen
- 1 dl Sojasauce
- Pfeffer, schwarz, aus der Mühle
- 2 Stück Frühlingszwiebeln
- 2 Stück Peperoni, mittel, rot
- 0.5 Stauden Stangensellerie, mittel
- 200 g Bambussprossen, aus der Dose
- 0.5 Bund Koriander, oder glattblättrige Petersilie
- 4 Esslöffel Öl
- 0.5 dl Gemüsebouillon

Zubereitung

Für 4 Personen

1 Das Fleisch mit Küchenpapier trockentupfen und in ½ cm dicke Streifen schneiden (evtl. vom Metzger machen lassen).

2 Den Knoblauch schälen und fein hacken. Die Chilischote längs halbieren, entkernen und in feinste Streifchen schneiden. Alles in einer Schüssel mit der Currypaste, dem Kardamom und der Sojasauce mischen. Mit Pfeffer würzen. Die Wildschweinstreifen beifügen, mischen und zugedeckt mindestens ½ Stunde ziehen lassen.

3 Inzwischen die Frühlingszwiebeln rüsten und mitsamt schönem Grün in Ringe schneiden. Die Peperoni vierteln, entkernen und in etwa ½ cm dünne Streifen schneiden. Den Stangensellerie rüsten, wenn nötig harte Fäden wie beim Rhabarber abziehen, dann die Zweige in dünne Scheibchen schneiden. Die Bambussprossen kurz kalt abspülen und abtropfen lassen. Die Koriander- oder Petersilienblättchen von den Zweigen zupfen.

4 Den Backofen auf 80 Grad vorheizen und eine kleine Platte, eine mittlere Schüssel sowie 4 Teller mitwärmen.

5 Die Wildschweinstreifen aus der Marinade nehmen und sehr gut abtropfen lassen. In 2 Portionen teilen. Die verbliebene Marinade beiseitestellen.

6 In einem Wok die Hälfte des Öls rauchheiss erhitzen. Jede Fleischportion darin auf grossem Feuer auf der ersten Seite gut 1 Minute anbraten, dann auf der zweiten Seite je nach Dicke der Streifen weitere 1–1½ Minuten braten. Das Fleisch sofort auf die vorgewärmte Platte geben und im 80 Grad heissen Ofen warm stellen. Den Bratensatz mit der Bouillon auflösen, dann diese durch ein Sieb zur Marinade giessen.

7 Restliches Öl erhitzen. Peperoni und Stangensellerie auf grossem Feuer unter Wenden andünsten. Die Frühlingszwiebeln beifügen, kurz mitdünsten, dann mit der beiseitegestellten Marinade ablöschen und die Bambussprossen dazugeben. Alles offen unter häufigem Wenden noch 2–3 Minuten kochen lassen.

8 Am Schluss die Wildschweinstreifen wieder beifügen, alles gut mischen und sofort in der vorgewärmten Schüssel anrichten. Alles mit den Koriander- oder Petersilienblättchen bestreuen.

(Quelle: wildeisen.ch)