



Glasiertes Schweinekotelett mit Reis

und chinesischer Chinakohlpfanne



ca. 30min



3-4 Personen

Wer gerne chinesisch isst, sollte diesen Knüller in seiner Kochbox haben! Auf duftendem Reis und knackigem Chinakohl serviert, wird das Kotelett nach dem Anbraten in aromatischer Austern- und Sojasauce glasiert. Frühlingszwiebeln, Ingwer und Erdnüsse fordern unsere Geschmacksknospen zum Tanze auf, und wer mag, bringt mit Peperoni etwas Feuer ins Spiel. Guten Appetit!

- 300g Jasminreis
- 4 Schweinekoteletts
- 2 Karotten
- 2 Lauchzwiebeln
- 1 Stück Ingwer
- 2 Knoblauchzehen
- 1 rote Peperoni
- 100g Erdnüsse, geröstet & gesalzen ⁵
- 100ml Austernsauce ^{1,6,14}
- 25ml Sojasauce ^{1,6}
- 50ml Reisessig
- 2 Chinakohle

- Salz und Pfeffer
- Pflanzenöl

- mittelgroßer Topf mit Deckel
- große Pfanne oder Wok
- Messbecher
- Küchenreibe
- Sieb

Für weniger Schärfe die Kerne der Peperoni entfernen.

Gluten (1), Erdnüsse (5), Sojabohnen (6), Weichtiere (14). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Energie 809kcal, Fett 31.3g,
Kohlenhydrate 81.5g, Eiweiß 49.6g



4. Gemüse anbraten

2. Fleisch braten

5. Fleisch mitgaren

3. Zutaten vorbereiten

6. Kohl garen

Schau dir das Rezept in deinem Konto auf marleyspoon.de an. [📷](#) [📺](#) [📱](#) [#marleyspooning](#)