



Tortillas mit Schweinefleisch Peking-Art

mit frischer Gurke und Hoisinsauce



ca. 25min



3-4 Personen

Wie Yin und Yang ergänzen sich die Zutaten deiner Tortillas zu einer perfekt ausbalancierten Mahlzeit. Schmackiges Schweinesteak wird in aromatischen chinesischen Gewürzen gebraten und harmoniert wunderbar mit knackigen Erdnüssen, Frühlingszwiebeln und, wer mag, pikanter Peperoni. Eisbergsalat und saftige Gurke sorgen als kühlende Elemente für frische Abwechslung, würzige und süße Nuancen findest du in der Hoisinsauce.

Was du von uns bekommst

- 2 Packungen Schweinerückensteak
- 1 Päckchen chinesisches 5-Gewürze-Pulver
- 100ml Hoisinsauce ^{1,6,11}
- 1 Gurke
- 2 Päckchen Sesamöl ¹¹
- 1 Eisbergsalat
- 2 Lauchzwiebeln
- 1 Packung Tortillas ¹
- 25ml Sojasauce ^{1,6}
- 50g Erdnüsse, geröstet & gesalzen ⁵
- 10g Schnittknoblauch
- 1 rote Peperoni

Was du zu Hause benötigst

- Salz und Pfeffer
- Honig oder Zucker
- Pflanzenöl
- Essig

Küchenutensilien

- Backofen
- große Pfanne
- Alufolie

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

Allergene

Gluten (1), Erdnüsse (5), Sojabohnen (6), Sesamsamen (11). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 652kcal, Fett 26.6g, Kohlenhydrate 63.6g, Eiweiß 39.8g



1. Fleisch vorbereiten

Den Backofen auf 220°C (200°C Umluft) vorheizen. Das **Fleisch** trocken tupfen, in mundgerechte Stücke schneiden und mit der **Gewürzmischung** einreiben. Die **Hoisinsauce** mit 4EL Wasser verrühren.



4. Fleisch braten

Das **Fleisch** in einer großen Pfanne mit 2EL Pflanzenöl und 1 kräftigen Prise Salz bei mittlerer Hitze 6–8Min. goldbraun anbraten. Die **Tortillas** in Alufolie wickeln und 3–4Min. im Ofen erwärmen.



2. Gurke schneiden

Die **Gurke** einmal quer halbieren, dann jedes Stück längs halbieren und der Länge nach in dünne Scheiben schneiden, anschließend diese der Länge nach in dünne Stifte schneiden und mit dem **Sesamöl** und 1 Prise Salz vermengen.



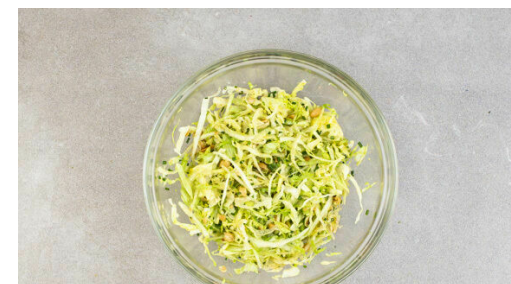
5. Zutaten vorbereiten

Die **Sojasauce** mit 2EL (hellem) Essig, 2EL Wasser und 1EL Honig oder Zucker zu einem **Dressing** verrühren. Die **Erdnüsse** grob hacken. Den **Schnittknoblauch** und die **Peperoni** in feine Ringe schneiden.



3. Salat schneiden

Den **Salat** halbieren und in dünne Streifen schneiden. Die **Lauchzwiebeln** in dünne Ringe schneiden.



6. Salat fertigstellen

Die **Salatstreifen** mit dem **Dressing**, den **Erdnüssen** und dem **Schnittknoblauch** vermengen. Die **Tortillas** nach Belieben mit der **Hoisinsauce** bestreichen und mit dem **Salat**, den **Gurken** und dem **Fleisch** belegen. Mit den **Lauchzwiebeln** und der **Peperoni** garnieren und servieren.