



Fleischerfachgeschäft

Burghardt

Ihr Lammspezialist in Kassel



Elfbuchenstraße 5
34119 Kassel
Telefon: 05 61 / 1 23 58
Fax: 05 61 / 1 23 18
Mobil: 0172 / 5 60 44 84

www.fleischerei-burghardt.de
E-Mail: info@fleischerei-burghardt.de

Rindfleisch in Kokosmilch

Zutaten: (für 4 Personen)

1 kg	Rinderhuft
300 g	Bambussprossen
2	Paprikaschoten
4	Frühlingszwiebeln
400 ml	Kokosmilch
1-2	Chilischoten (je nach Schärfe)
2 St.	Zitronengras
	Pfeffer, Salz, Öl
	Ingwerpulver

Zubereitung:

Paprikaschoten und Zwiebeln würfeln, einen Stengel Zitronengras und Chilischoten fein hacken. Öl in einer Pfanne erhitzen, Paprika, Zwiebeln und Bambussprossen darin glasig dünsten. Zitronengras und Chilis zufügen und mit der Kokosmilch ablöschen. Alles zusammen ca. 10 Minuten köcheln lassen. Vom Herd nehmen und warm stellen.

Rinderhuft in ca. 5 mm dicke Scheiben schneiden. Mit Pfeffer, etwas Salz und Ingwer würzen.

Öl in einer Pfanne erhitzen und die Fleischscheibchen kurz von beiden Seiten anbraten.

Fleisch mit Gemüse anrichten und heiß servieren. Dazu passt Reis sehr gut.

Guten Appetit!

