

# Thailändisches Schweinefaschiertes mit Kraut und Chili

Gesamtzeit **25 Min.** 10 Min. Vorbereitungszeit **15 Min.** Kochzeit

Nährwertangaben (pro Portion):  
**2.512 kJ / 600 kcal**

Fett: **38 g** Eiweiß: **40 g**  
Kohlenhydrate: **21 g**

## ZUTATEN

**2 Portion(en)**

<b>300 g</b>	Faschiertes vom Schwein
<b>100 g</b>	Weißkraut
<b>2</b>	Schalotten
<b>4</b>	Knoblauchzehen
<b>2</b>	Chilischoten
<b>150 g</b>	gelbe Stangenbohnen
<b>4 EL</b>	Speiseöl (z. B. Rapsöl)
<b>15 g</b>	frisch geriebener Ingwer
<b>1 Bund</b>	Thai-Basilikum, ein paar Blätter zum Garnieren beiseitelegen
<b>100 ml</b>	<u>Kikkoman natürlich gebrauchte Sojasauce</u>
<b>1 EL</b>	Fischsauce
<b>1,5 EL</b>	Austernsauce (optional)

## ZUBEREITUNG

### Schritt 1

Kraut hacken, Schalotten in Streifen schneiden, Knoblauch und Chili fein hacken. Kohl in 2 bis 3 cm große Stücke schneiden.

### Schritt 2

Etwas Speiseöl in der Pfanne erhitzen und darin Schalotten und Chili braten, bis die Schalotten weich werden und anfangen zu bräunen. Gegen Ende der Garzeit Knoblauch und Ingwer hinzufügen.

### Schritt 3

Das Faschierte hinzugeben und gut durchmischen, damit es krümelig wird. Bei starker Hitze anbraten, bis das Fleisch gebräunt ist. Nach 2 Minuten das Kraut und die gelbe Fiesolen hinzufügen und zusammen mit dem Fleisch weitere 2 Minuten braten. Die Thai-Basilikumblätter zugeben und braten, bis sie welk werden. Kikkoman Sojasauce, Fischsauce und Austernsauce unterziehen und alles gut verrühren.

### Schritt 4

Mit dem restlichen Thai-Basilikum garniert servieren.