KIKKOMAN

Rindfleisch mit Teriyaki-Sauce, Nüssen und Jasminreis

Gesamtzeit **27 Min.** **15 Min.** Vorbereitungszeit **12 Min.** Kochzeit

Nährwertangaben (pro Portion):
2.635,9 kJ / 629,5 kcal

Fett: **19,2 g** Eiweiß: **36 g**
Kohlenhydrate: **77,2 g**

ZUTATEN

2 Portion(en)

250 g	Rindfleisch (Filet)
120 g	Jasminreis
1 Stück	frischer Ingwer (ca. 5 g)
1	Knoblauchzehe
0,5	rote Paprika
0,5	gelbe Paprika
0,5 TL	gelbe Chilischote
0,5 TL	rote Chilischote
1 EL	Öl
4 EL	Kikkoman Teriyaki Sauce mit geröstetem Sesam
30 g	Cashewnüsse
2 EL	Bambussprossen
1 einige	Korianderzweige
1	Limette
1 TL	Sesamsamen

ZUBEREITUNG

Schritt 1

250 g Rindfleisch (Filet)
Das Rindfleisch in sehr dünne Scheiben und dann in kleinere Stücke schneiden.

Schritt 2

120 g Jasminreis
Den Reis nach Packungsanweisung garen.

Schritt 3

1 Stück frischer Ingwer (ca. 5 g) - **1** Knoblauchzehe - **0,5** rote Paprika - **0,5** gelbe Paprika - **0,5 TL** gelbe Chilischote (ca. 7 g) - **0,5 TL** rote Chilischote (ca. 7 g)
Ingwer und Knoblauch schälen und fein hacken.

Die Chilischoten in dünne Scheiben und die Paprikaschoten in Streifen schneiden.

Schritt 4

0,5 EL Öl - **2,5 EL** Kikkoman Teriyaki Sauce mit geröstetem Sesam
Öl im Wok erhitzen, Ingwer und Knoblauch kurz darin anbraten, dann das Fleisch zugeben und kurz anbraten.

Die Kikkoman Teriyaki Sauce mit Sesam hinzufügen, umrühren und das Fleisch kurz weiterbraten. Anschließend das Fleisch zum Rasten aus der Pfanne nehmen.

Schritt 5

0,5 EL Öl - **1,5 EL** Kikkoman Teriyaki Sauce mit geröstetem Sesam - **30 g** Cashewnüsse - **2 EL** Bambussprossen

In derselben Pfanne das Öl erhitzen. Dann die in Scheiben geschnittenen Paprikaschoten, Chilischoten, Cashewnüsse und Bambussprossen hinzufügen.

Unter ständigem Rühren kurz anbraten.

Kikkoman Teriyaki Sauce mit Sesam zugeben, umrühren und kurz weiterbraten.

Das Rindfleisch wieder hinzufügen, alles gut mischen und zuletzt den Wok vom Herd nehmen.

Schritt 6

1 einige Korianderzweige - **1** Limette - **1 TL** Sesamsamen
Die Fleisch-Gemüse-Nuss-Mischung mit dem Reis auf zwei Tellern anrichten und mit Korianderblättern, Sesam und je einer halben Limette garnieren.