

Rindfleisch und Brokkoli

Eines meiner absoluten Favoriten, ich liebe dieses Gericht! So einfach und schnell – Du wirst begeistert sein.

Kaum ein Gericht wurde öfter gewünscht als dieses. Wirklich ein Klassiker im Chinarestaurant aber auch im Imbiss an der Ecke. Das kurzgebratene Rindfleisch mit dieser tollen Konsistenz und der knackige Brokkoli, das passt einfach gut zusammen. Wo wir gerade bei zusammen sind – Die dunkle Sauce hilft das alle Geschmäcker sich so gut verbinden und steuert das solide Fundament für dieses Gericht bei. Du wirst erstaunt sein wie schnell es geht!

Das Mundgefühl macht es einfach aus bei diesem Gericht, Rindfleisch wie dieses zubereitet, findet man nur in Asien. Ich mag besonders die leicht cremige Oberfläche und den Biss beim Beef.

Bernd Zehner | Content Creator

Den authentischen Geschmack holen wir uns über wenige Zutaten. Viel interessanter ist die Wirkung von Natron am Rindfleisch, dieses sorgt für diesen speziellen Geschmack und vor allem die beliebte Konsistenz die wir alle so sehr mögen an diesem Essen. Im Rezept und im Video findest Du alles was Du brauchst um alles genau so hinzubekommen wie beim Asia-Mann des Vertrauens!

Hier die Zutaten und das Rezept für Rindfleisch mit Brokkoli wie im China Restaurant:

Zutaten:

2 Rumpsteaks

Reis

Brokkoli

Frühlingslauch

1 Rote Chili (optional)

Ingwer

4 Zehen Knoblauch

1/2 Rote Zwiebel

Sesam

Rezept Fleisch Marinade:

1EL Sojasauce

1EL Kochwein

1/2EL Stärke

1EL Sesamöl

1TL Natron

Salz/Pfeffer

1TL MSG (Glutamat)

Rezept Sauce:

2EL Sojasauce

1/2EL Sesamöl

2EL Austernsauce

1 1/2EL Zucker

2EL Kochwein

2TL Stärke

Ich wünsche viel Spaß beim Nachkochen, würde mich über einen netten Kommentar (hier oder bei YouTube) freuen und natürlich wäre es das Größte wenn ihr mir ein kostenloses Abo dalassen könntet. Für Dich ein Klick, für uns bedeutet es die Welt. Sollte es Fragen oder Anregungen geben, freue ich mich über Dein direktes Feedback in den Kommentaren.

Unterstützung:

Solltest Du Freude daran haben mich dauerhaft zu unterstützen und meine Arbeit durch einen kleinen Betrag anzuerkennen, bieten sich aktuell zwei Möglichkeiten:

Unsere [Kanalmitgliedschaft bei YouTube](#) mit vielen Vorteilen für Dich



Werde [Patron bei Patreon](#) und trete der Community bei.