

## Reh aus dem Wok

Das zarte Fleisch vom Reh braucht nur wenig Garzeit, darf ruhig noch fast roh bleiben; also ist das Rührbraten im Wok genau die richtige Methode. Auch passen asiatische Würzzutaten perfekt dazu.



### Zutaten für 3 bis 4 Personen:

- 300 g ausgelöstes Rehfleisch (zum Beispiel vom Rückenfilet, die echten Filets oder aus der Keule)
- 1 gestrichener EL Speisestärke
- 1 TL Sesamöl
- 1 kleinfingerlanges Stück Ingwer
- 3 Knoblauchzehen
- 1-2 Chilis (nach Schärfe)
- 1 rote Zwiebel
- 1 rote Paprika
- 1 Handvoll frische Pilze (Champignons, Steinpilze oder Pfifferlinge ganz nach Gusto)
- 1-2 Pak Choi (oder ½ Chinakohl oder ½ kleiner Weißkohlkopf)
- 2 EL Erdnussöl
- 1 Prise Zucker
- Salz
- Pfeffer und/oder Wildgewürz (siehe Rezept)
- 1 EL Sojasauce
- 1 EL Austernsauce
- 1-2 EL Brühe
- 1 Händchen voll Thaikräuter (Koriander, Thabasilikum, asiatischer Schnittlauch)

### Zubereitung:

- Das Fleisch quer zur Faser in feine Scheibchen (1-2 mm) schneiden, mit Speisestärke überpudern und gut einreiben, dabei auch ein paar Tropfen Sesamöl zufügen.
- Ingwer, Knoblauch und entkernte Chilis fein würfeln. Zwiebel halbieren und in feine Segmente schneiden. Den Pak Choi oder Kohl und Paprika in fingerbreite Streifen schneiden. Wenn alle diese Vorbereitungen erledigt sind, kann das Kochen beginnen.
- Erdnussöl im Wok heiß werden lassen und auch hier einen Schuss Sesamöl zufügen. Das Fleisch in die Mitte des Woks geben und zunächst 30 Sekunden scharf anbraten, dann mit der Bratschaufel umrühren und nun nacheinander sämtliche vorbereiteten Zutaten je nach Garzeit zufügen: Ingwer, Knoblauch, Chili, Zwiebel, Paprika, Pilze, Weißkohl oder Pak Choi. Das alles dauert keine Minute.
- Alle Zutaten gut miteinander mischen, salzen, pfeffern, die Würzsauces (Austernsoße, Sojasoße) zufügen, Brühe angießen und die Thabasilikumblätter unterrühren – fertig!

**Servieren:** Koriandergrün und/oder fein geschnittenen asiatischen Schnittlauch darüberstreuen

**Beilage:** duftiger Thaireis

**Getränk:** Rotwein – einen eleganten Spätburgunder etwa oder einen kräftigen Lemberger. Man könnte auch gut einen Weißwein servieren, der sollte aber Wumm haben, zum Beispiel ein Grauburgunder vom Kaiserstuhl. Gut passt auch ein Ingwertee.