

Chiligarnelen im Wok

300g Garnelenschwänze
1TL Speisestärke
2-3EL Öl
1EL Sesamöl
je 1TL gehackter Knoblauch und Ingwer
Salz, Pfeffer
1/2TL Zucker
100g Bambussprossen
1 rote Paprikaschote
1 gute Hand voll verschiedene Chilisorten
(ganz nach Belieben: scharf bis sanft)
2EL Sherry
2EL Hühnerbrühe
2EL Sojasauce
Thaibasilikum
Koriandergrün

Die Garnelen gründlich waschen, dabei längs aufschlitzen, den Darm entfernen. Gut abtrocknen, mit Stärke bestäuben und gut einmassieren.

Im Wok die beiden Ölsorten erhitzen, die Garnelen darin rasch unter Rühren auf starkem Feuer anbraten, dabei Knoblauch und Ingwer hinzustreuen und mit Salz, Pfeffer und Zucker würzen. Jetzt nacheinander die vorbereiteten Gemüse zufügen: Bambus und Paprika in feinen Streifen, die Chilis ganz nach Belieben entkernt oder sogar mit den Kernen, in schmale Streifen oder gewürfelt.
Schließlich Sherry, Hühnerbrühe und Sojasauce angießen, einmal aufkochen.

Zum Schluss reichlich Thaibasilikum unterrühren. Das Koriandergrün erst kurz vor dem Servieren darüber streuen.