

Geschnetzeltes von Ente und Scampi

2 Entenbrüste à 200 g
6 Scampi
1 Stück Ingwerwurzel
2 Knoblauchzehen, fein geschnitten
1 rote Chilischote
je 1 grüne und rote Paprika
2 Lauchzwiebeln
1 Eiweiß
2 EL Maisstärke
4 EL Sojasauce
100 ml Geflügelbrühe
3 EL Reiswein oder Sherry
etwas Sesamöl
etwas Erdnussöl zum Anbraten
Salz, Pfeffer, Zucker

Entenbrüstchen in 1 cm starke Scheiben schneiden. Sojasauce, etwas Sesamöl, fein gehackter Ingwer und Knoblauch vermischen und das Fleisch 30 Minuten darin marinieren. Scampi schälen und den Darm entfernen. Paprika und Chili waschen, halbieren, Stiele und Samen entfernen und in dünne Streifen schneiden. Die Lauchzwiebeln in Röllchen schneiden. Eiweiß und 1 EL Maisstärke zum Entenfleisch geben und gut verrühren. Etwas Erdnussöl im Wok oder in einer Pfanne erhitzen, das Fleisch zugeben und ca. 3 Minuten braten, Scampi zugeben und noch eine Minute braten. Dann Fleisch und Scampi herausnehmen.

Wieder etwas Öl erhitzen, Paprikastreifen und Lauchzwiebeln zugeben und unter Rühren 2 Minuten braten. Zucker, Reiswein und Geflügelbrühe zugeben. Dann Fleisch und Scampi wieder untermischen und noch mal erhitzen. Alles mit in etwas Wasser gelöster Maisstärke abziehen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und etwas Sesamöl darüber träufeln und anrichten. Dazu Basmatireis servieren.