

Putenpfanne mit Äpfeln

20 g frische Ingwerwurzel
1 große rote Pfefferschote
8 EL Sojasauce
4 EL Sherry
500 g Putenbrust
1 Bund Staudensellerie
500 g Äpfel
1 EL Zitronensaft
3 EL Öl
250 ml Geflügelfond (Glas)
4 EL süß-pikante Chilisauce
1 EL Speisestärke
Salz
50 g Erdnusskerne

Den Ingwer schälen und fein hacken. Die Pfefferschote entkernen und in Streifen schneiden. Beides mit Sojasauce und Sherry verrühren.

Das Fleisch in Streifen schneiden und 1 Std. darin marinieren.

Den Sellerie putzen und in Streifen schneiden, das innere Grün beiseite legen. Die Äpfel schälen, vierteln, ohne Kerngehäuse quer in dicke Scheiben schneiden und mit Zitronensaft beträufeln.

Das Fleisch abtropfen lassen, die Marinade auffangen. Das Fleisch im sehr heißen Öl unter Rühren kurz anbraten und herausnehmen.

Sellerie im Bratfett andünsten und mit Fond und Chilisauce zugedeckt 5 Minuten schmoren.

Die Äpfel untermischen und weitere 3 Minuten garen. Die Stärke in der Marinade auflösen und dazu gießen. Einmal aufkochen, dann das Fleisch untermischen und 2 Minuten ziehen lassen. Mit Salz abschmecken und mit Erdnüssen und Selleriegrün bestreut servieren.

Dazu passt Reis.