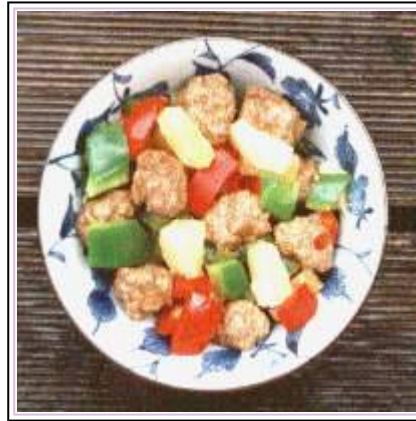


Fleischbällchen süß-sauer

(Lug Chin Pliau Waan)



Zutaten für 4 Personen

- 3 Knoblauchzehen
- 1/2 Teelöffel schwarzer Pfeffer
- 1 Teelöffel Salz
- 500 Gramm gemischtes Hackfleisch
- 300 Gramm Ananas in Stücken (1 kleine Dose)
- 1 rote und 1 grüne Paprikaschote
- 3 Esslöffel Fischsauce
- 2 Esslöffel Reisessig (ersatzweise milder Weinessig)
- 3 Esslöffel Zucker
- 1 Teelöffel Speisestärke
- 10 Esslöffel Öl

Zubereitungszeit ca. 35 Minuten

Die Knoblauchzehen schälen und zerdrücken, mit Pfeffer und Salz mischen. Das Hackfleisch hinzugeben und durchkneten und zu festen Bällchen mit ca. 2 cm Durchmesser formen. Die Ananas abtropfen lassen. Die Paprikaschoten waschen, die Kerne entfernen und in ca. 1 cm große Würfel schneiden. Eine Sauce aus Fischsauce, Reisessig, 5 Esslöffel Wasser, Zucker und Speisestärke anrühren. Das Öl in einem Wok oder einer Pfanne erhitzen, die Fleischbällchen dazugeben und braun anbraten. Die Ananas und die Paprika hinzugeben und ca. 1 Minute durchbraten lassen. Die Sauce dazugießen und kurz aufkochen lassen, bis die Bällchen mit der Sauce überzogen sind.