

Fischfilet süß-sauer

(Tangcu Yupian 糖醋鱼片)

450 g	Festes Fischfilet (z.B. Kabeljau, Rotbarsch)
1	Eiweiß
1 EL	Stärkemehl
1	Frühlingszwiebel
1	Zwiebel
1	Paprikaschote, rot
2 EL	Grüne Erbsen
1 EL	Frischen Ingwer, geschält und in Streifen geschnitten
	Öl zum Frittieren
3 EL	Zucker
4 EL	Weißer chinesischer Essig
3 EL	Tomatenketchup
2 EL	Wasser
1 TL	Stärkemehl

Fischfilet waschen, abtrocknen, in nicht zu kleine Stücke schneiden
Eiweiß und Stärkemehl vermischen, Fischstücke darin einlegen, kurz ziehen lassen

Frühlingszwiebeln sehr feine Stifte schneiden
Zwiebel und Paprika in dünne Streifen schneiden

Aus den übrigen Zutaten eine Sauce mischen

Wok erhitzen, Öl dazugeben, Fischfiletstücke darin ausbacken, bis sie goldgelb sind
Herausnehmen und beiseite stellen

Öl aus dem Wok bis auf 2 EL entfernen, nochmals erhitzen
Ingwer, Zwiebel, Erbsen und Paprikaschote dazugeben, unter Rühren 2 Min. anbraten
Saucenmischung dazugeben und durchgaren

Fisch dazufügen, vorsichtig unterheben und nochmals erhitzen
Mit Frühlingszwiebelstiften garnieren