

# Biefstuk uit China



## Hoofdgerecht

vlees

**4 personen**

**Land:** China

**Bereidingstijd:** 20 minuten

**Seizoen:** hele jaar door



## Ingrediënten

- 250 gram ossenhaas
- 1 theelepel maïzena, met 2 eetlepels water aangemaakt
- 2 lente-uitjes
- 1 dun plakje verse gemberwortel
- 2 teentjes knoflook
- 4 eetlepels plantaardige olie
- 25 gram cashewnoten
- 1 eetlepel donkere sojasaus
- 2 eetlepels oestersaus
- 1 theelepel sesamolie

## Bereidingswijze

1. Het vlees in reepjes van circa 1/2 cm dik en 3-4 cm lang snijden. Vermengen met een derde van de aangemaakte maïzena. De lente-uitjes schoonmaken en in stukjes van 2-3 cm snijden. Dikkere stukjes in de lengte halveren. De gember schillen, knoflook pellen en vervolgens beide fijn hakken. In een pan of wok 2 eetlepels olie verhitten. Vlees al omscheppend op een hoog vuur aanbraden tot het kleurt. Daarna uit de pan nemen.
2. Nog eens 2 eetlepels olie in de pan of wok schenken. Lente-uitjes, knoflook en gember op een hoogvuur kort roerbakken tot het mengsel kruidig geurt. Cashewnoten toevoegen en circa 1 minuut roerbakken. Vlees, soja- en oestersaus door de inhoud van de pan mengen en samen verwarmen. De rest van het maïzenapap toevoegen en het mengsel nog even aan de kook brengen.
3. Het geheel attractief op een dienschaal schikken en er wat sesamololie overheen druppelen.

## Tenslotte

Rundvlees is nu wel populair, maar vroeger vond men het niet goed vlees te eten van runderen, omdat deze een belangrijke functie op het land hadden, n.l. die van trekdier. Het vlees was derhalve daardoor niet erg mals en werd vaak in dunne plakjes gesneden. Om dit te bereiken vries je het ca 1 uur in en snijdt dan in dunne plakjes. Voor **Biefstuk met groenten** snijdt je 2 lente-uitjes en 2 stengels bleekselderij in stukjes van 5 cm en snijd de stukjes in de lengte in reepjes. Hak 1 teen knoflook en 2 plakjes gember fijn. Verwijder de zaden van 1 rode Spaanse peper en snijd de peper in reepjes. Snijd 125 gr wortel in plakjes en vervolgens in reepjes. Maak een marinade van 3/4 el maïzena, 1 el water, 1 el sojasaus en 1/2 el rijstwijijn of droge sherry. Snijd 225 gr biefstuk tegen de draad in dunne plakjes en vervolgens in reepjes. Meng met de marinade en laat 10 minuten staan. Maak een sausje van 1 tl maïzena, 1 el water, 1/2 el rijstwijijn of sherry, 1/2 el suiker, 1/2 el rijstazijn en 1/2 el sojasaus. Meng 1 el olie door het vlees. Verhit op hoog vuur 3 el olie in de wok. Schroei het vlees dicht tot het verkleurt. Haal eruit en laat uitlekken. Giet de olie op 2 el na in een bewaarpan. Bewaar voor later gebruik. Verhit de 2 el olie opnieuw. Roerbak lente-ui, knoflook, gember en Spaanse peper tot het geurt. Roerbak wortel en bleekselderij 1 minuut. Voeg vlees en sausje toe, schep alles door elkaar en serveer. Breng op smaak met zout en v-tsin. Tenslotte **Biefstuk met shii-takesaus**. Was 1 bosje bosuitjes en snijd ze schuin in stukken van ca. 3 cm. Maak 200 gr shii-take schoon en snijd ze in vieren. Verhit 2 el sesamololie in een koekenpan en bak hierin de bosuitjes en de shii-take al omscheppende 3 minuten op hoog vuur. Schep de bosuitjes en de shii-take uit de pan. Voeg 40 gr boter aan de rest van de olie in de pan toe, laat de boter lichtbruin worden en wacht tot het schuim bijna is weggetrokken. Dep 4 biefstukken droog met keukenpapier. Bak de biefstukjes op hoog vuur aan beide kanten snel bruin. Voeg de bosuitjes en de shii-take aan de biefstukjes toe en bak de biefstukjes naar wens rood (3 minuten), rosé (5 minuten) of doorbakken (6-10 minuten). Leg de biefstukjes op een warme schaal, bestrooi ze met wat peper en zout en houd ze onder een deksel warm. Roer 1,5 dl oestersaus en 3 el vleesfond door het shii-takemengsel en breng de saus tot tegen de kook aan. Breng op smaak met peper en zout. Schep de saus over de biefstukjes.