

### Rindfleisch in Morchelsoße (2 Portionen)

#### Zutaten:

- 200 - 300 g Rumpsteak
- 300 g grüne Bohnen
- 2 Schalotten
- 1 Knoblauchzehe
- 1/8 l Fleischbrühe
- 20 g getrocknete Morcheln  
(= ca. 100 g Frischmenge)
- 2 Esslöffel Austernsoße
- 2 Esslöffel Weißwein
- 1 Esslöffel Sojasoße
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Woköl



#### Zubereitung:

Das geschnittene Fleisch salzen und pfeffern. Morcheln in ca. 1/8 l warmem Wasser einweichen, Bohnen putzen, schneiden und in kochendem Salzwasser ca. 5 Min. garen. Die Schalotten schneiden und den Knoblauch würfeln. Das Wasser von den eingeweichten Pilzen mit ca. 1/8 l Fleischbrühe mischen. Austernsoße, Weißwein und Sojasoße vermengen und die geschnittenen Morcheln dazugeben. Den Grill auf Vulkanstellung stellen, Wok aufsetzen, Woköl dazugeben und auf höchster Stufe erhitzen. Das Fleisch portionsweise ca. 2-3 Min. anbraten, herausnehmen und mit Alufolie abdecken. Im restlichen Öl Schalotten und Knoblauch kurz anbraten (ständig umrühren!). Bohnen dazugeben und ca. 2-3 Min. pfannen rühren. Mit der Pilzmischung abgießen, aufkochen lassen, Fleisch dazugeben und nochmals gut durchmischen. Mit Asiareis servieren.

**Guten Appetit!**