

# Puten-Spargel-Pfanne

2 Personen

## Zutaten

1 Knoblauchzehe  
250g grüner Spargel  
3 Frühlingszwiebeln  
½ rote Chilischote  
5 Stiele Koriandergrün  
2½ El Sherry  
2 El Austernsauce  
½ El Fischsauce  
½ Tl Sesamöl  
1 El Sweet-Chili-Sauce  
½ Tl Zucker  
250g Putenschnitzel  
Sonnenblumenöl  
Pfeffer  
1 El Limettensaft

## Zubereitung

1. Knoblauch fein hacken. Spargel im unteren Drittel schälen, die Endstücke abschneiden. Spargel längs in 5-6 cm lange Stücke schneiden. Frühlingszwiebeln putzen und waschen. Eine Frühlingszwiebel fein hacken, die restlichen längs halbieren und in ca. 4 cm lange Stücke schneiden. Chili putzen und in feine Ringe schneiden. Koriandergrün mit den zarten Stielen grob hacken.
2. Für die Sauce den Sherry mit Austernsauce, Fischsauce, 50 ml Wasser, Sesamöl, Sweet Chili Sauce und Zucker verrühren.
3. Putenschnitzel in Streifen schneiden. 2 El Öl in einer großen Pfanne oder in einem Wok sehr stark erhitzen und die Putenstreifen von allen Seiten anbraten. Herausnehmen und beiseitestellen.
4. Das restliche Öl in die Pfanne geben und den Spargel darin 2-3 Minuten unter Rühren andünsten. Knoblauch, Chili und die gehackte Frühlingszwiebel dazugeben und 1-2 Minuten mitbraten. Die Saucen-Mischung und die Frühlingszwiebeln in Stücken dazugeben und zugedeckt 4-5 Minuten garen. Danach die Putenstreifen und die Hälfte vom Koriander für 2 Minuten hinzufügen.
5. Die Sauce offen auf die gewünschte Konsistenz einkochen lassen. Mit Pfeffer und Limettensaft würzen und mit dem restlichen Koriander bestreut servieren.