



Gesamtzeit: 1 h 5 min

Schwierigkeitsgrad: einfach

Portionen: 2 Personen

Air Fryer asiatisches Bauchfleisch

Air Fryer asiatisches Bauchfleisch

500 g Schweinebauch (mit Schwarte)

3 Esslöffel Lien Ying Helle Sojasauce

2 Esslöffel Lien Ying Hoi Sin Sauce light*

1 Esslöffel Liakada Griechischer Honig Wildblüte

1 Teelöffel Lien Ying Sesam Öl geröstet

2 Knoblauchzehen, sehr fein gehackt

1 Teelöffel frisch geriebener Ingwer

1 Teelöffel Lien Ying Reis Essig

1 Teelöffel Lien Ying Sriracha Sauce

Salz, Pfeffer

Zum Toppen:

Lien Ying Bio Gerösteter Sesam

1 Frühlingszwiebel, in Ringe geschnitten

Air Fryer asiatisches Bauchfleisch

1.

Schweinebauch in mundgerechte Würfel schneiden. Mit Salz & Pfeffer leicht würzen.

In einer Schüssel Sojasauce, Hoisin, Honig, Sesamöl, Knoblauch, Ingwer, Essig und optional Sriracha gut vermischen. Fleisch dazugeben und mind. 30 min. (besser 2–12 Stunden) marinieren.

Schweinebauch Stücke in den Air Fryer Korb legen (nicht stapeln!). 12–15 min. bei 200°C im Air Fryer garen, dabei nach der Hälfte wenden.

Mit Sesam und Frühlingszwiebeln toppen. Optional mit extra Hoisin Sauce servieren.

Dazu passt: Jasminreis, gebratene Nudeln und Pak Choi, Gurken oder Brokkoli