



CHEFKOCH.DE

Chili - Ingwer Hühnchen

Knoblauch und Ingwerstückchen durch die Knoblauchpresse geben. Die Zutaten für die Marinade werden gut miteinander vermischt.

Das Hühnchenfilet wird in kleine Stückchen geschnitten. Die Stückchen werden in der Marinade 30 Minuten abgedeckt stehen gelassen.

Paprika in kleine Würfel (0,5 cm) schneiden. Zwiebeln in dünne Halbringe schneiden. Die Zutaten bereitstellen.

Den Basmati-Reis in ausreichend bereits kochendes, leicht gesalzenes Wasser geben und 10 - 11 Minuten kochen. Durch ein Sieb abgießen und in den Topf zurückgeben, damit er heiß bleibt.

Zwiebeln und Paprika in den stark erhitzten Wok geben, in den 2 EL Erdnussöl gegeben wurden. Unter ständigem Rühren die Zwiebeln leicht bräunlich-glasig werden lassen. Das Gemüse leicht mit China-Gewürz würzen und herausnehmen.

Die Marinade vom Fleisch abgießen und auffangen.

Das Fleisch unter ständigem Rühren bräunen.

Marinade und Hühnerbrühe zugeben und unter Rühren aufkochen lassen, bis die Sauce braun und eingedickt ist.

Zubereitungszeit: 45 Minuten
Schwierigkeitsgrad: normal
kJ/kcal p. P.: keine Angabe /



Zutaten für 4 Portionen:

Für die Marinade:

- 3 EL Chilisauce, scharf
- 3 EL Sherry, trockenem
- 1 EL Zucker
- 3 EL Sojasauce
- 1 Ei(er), davon das Eigelb
- 3 Msp. Pfeffer
- 2 Stück Ingwer, eingelegter
- 1 Zehe/n Knoblauch, geschält
- 400 g Hühnerbrüste
- 4 m.-große Zwiebel(n)
- 1 große Paprikaschote(n), rote
- 1 Tasse/n Basmati
- 1/8 Liter Hühnerbrühe
- Öl (Erdnussöl)
- Gewürzmischung
- (China-Gewürzmischung)

Verfasser: sushi1959