

Pouletbrüstchen in Erdnuss-Sauce

Wie kann Erdnussbutter verwendet werden, ausser als Brotaufstrich?

S. STUTZ, ISLISBERG

Für 4 Portionen: 4 Pouletbrüstchen, 1 TL Salz, 1 EL Speisestärke, 1 Chilischote, 4 EL Bratfett, 1 Zwiebel, 1 rote Peperoni, 100 g Erdnussbutter, 2 EL Essig, 2 EL Sojasauce, 1 dl Geflügelbrühe, 1-2 EL Speisestärke, etwas kaltes Wasser, 4 cl trockenen Sherry, Salz und Pfeffer

Pouletbrüstchen unter fliessendem Wasser waschen und mit Küchenpapier trockentupfen. In gleichmässige Würfel schneiden. Gründlich salzen und mit der Speisestärke bestäuben. Die Chilischote entkernen und fein hacken. Das Bratfett in einer Pfanne erhitzen und die gehackte Chilischote dazugeben. Die Pouletwürfel dazugeben und bei starker Hitze unter ständigem Rühren ringsum

anbraten. Herausnehmen und warm stellen.

Die Zwiebel schälen, die Peperoni waschen, beides in Scheiben schneiden und im Bratfett glasig dünsten. Die Erdnussbutter unterrühren. Mit dem Essig, der Sojasauce und der Geflügelbrühe auffüllen. Die Speisestärke mit etwas kaltem Wasser anrühren, begeben und rühren. Die Sauce mit dem Sherry aromatisieren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Pouletfleisch zur Sauce geben, nochmals heiss werden lassen und dann sofort mit Reis servieren.

Tipp: Erdnussbutter eignet sich sehr gut zur Herstellung verschiedener exotischer Saucen.

GABRIELA STAMMBACH