

THAI-CHINA KÜCHE

China - Glasiertes Huhn in Hoisin Soße ...essen wie beim Chinesen



Zutaten und Rezept für 4 Personen

- 500 g Hühnerbrustfilet
- 1 EL Reiswein oder trockener Sherry
- 4 Knoblauchzehen
- ½ Bund Frühlingszwiebeln
- 3 cm frischer Ingwer
- ½ rote Paprikaschote
- 5 EL Hoisinsoße
- 30 g Cashewnüsse natur
- 3 EL Rapsöl

Für die Marinade

- 2 TL Reiswein oder trockenen Sherry
- 2 TL helle Sojasoße
- 1 TL Speisestärke
- etwas Salz
- ½ TL Szechuanpfeffer
- 2 TL geröstetes Sesamöl
- 1 Eiweiß

Die Zubereitung

1. Das Hühnerbrustfilet in Streifen schneiden
2. Das Eiweiß schaumig aufschlagen
3. Salz, Sojasoße, Speisestärke, Sesamöl und Szechuanpfeffer zum Eiweiß geben
4. Das Hühnerfleisch vorsichtig unterheben und für 30 Min marinieren
5. Die Frühlingszwiebeln in feine Scheiben schneiden, das Grün und das Weiße separat in Schüsseln geben und beiseite stellen
6. Knoblauch und Ingwer schälen und fein hacken, zum Weiß der Frühlingszwiebeln
7. Paprikaschote in Streifen schneiden und zum restlichen Gemüse in die Schüssel geben
8. Cashewnüsse rösten und beiseite stellen - Vorsicht sie brennen leicht an!
9. Einen Wok sehr heiß werden lassen, mit 2 EL Rapsöl ausschwenken, dann das Hühnerfleisch portionsweise 2 Min. unter Rühren anbraten. Dabei den EL Reiswein in den Wok geben und alles pfannenrühren. Das Fleisch aus dem Wok heben und in einem Sieb abtropfen lassen
10. Den Wok mit Küchenpapier ausreiben und 1 EL Rapsöl erhitzen
11. Knoblauch, das Weiße der Frühlingszwiebeln, Ingwer und Paprika ca. 1 Min. unter Rühren anbraten und die Hoisinsoße dazu geben
12. Alles gut verrühren. Das Hühnerfleisch zurück in den Wok geben, die Cashewnüsse und die Hälfte des Grüns der Frühlingszwiebeln unterrühren
13. Auf Tellern anrichten und mit dem restlichen Grün bestreuen.

Dazu passt [Basmatireis](#)

♥ Guten Appetit ♥