Hühnerwürfel mit Paprika
Qingjiao jīding

Herkunft: China
Kategorie: Hauptspeisen, Geflügelgerichte

Vorbereitungszeit: 15 Minuten
Zubereitungszeit: 10 Minuten

Zutaten für 4 Portionen

400 g Hühnchenbrust
1 TL Salz
1 Eiweiß
3 TL Kartoffelmehl
2 Paprika grün
1 Frühlingszwiebel(n)
2 cm Ingwer
4 EL Erdnussöl
2 EL Reiswein
1 TL Sesamöl

Hühnerwürfel mit Paprika

Vorbereitung

Das Hühnerfleisch in sehr kleine Würfel schneiden (ca. 0,7 cm Seitenlänge). Die Fleischwürfel mit dem Salz, dann mit dem Eiweiß und schließlich mit der Speisestärke vermengen. Die Paprika ebenfalls in kleine Stückchen schneiden. Frühlingszwiebel und Ingwer fein hacken.

Zubereitung

Das Öl im Wok erhitzen, die Fleischwürfel bei mittlerer Hitze unter ständigem Rühren braten, bis sie eine helle Farbe bekommen haben. Die Würfel mit einem Schaumlöffel aus dem Wok herausnehmen und beiseite stellen. Den Wok auf hohe Temperatur erhitzen, die Ingwer- und Frühlingszwiebelstücke in das Öl geben, sofort die Paprikastücke zufügen und ½ Minute unter Rühren braten. Die Fleischwürfel und den Reiswein zugeben und ½ Minute weiter braten. Die Speisestärke mit etwas Wasser verrühren und zu dem Gericht geben. Gut durchrühren, bis die Sauce andickt. Mit dem Sesamöl abschmecken und sofort servieren.

© 2024 coquina.de