



Scharf gebratene Hähnchenwürfel La zi jī ding

Herkunft: China
Kategorie: Hauptspeisen, Geflügelgerichte

Marinieren / Einlegen: 30 Minuten
Vorbereitungszeit: 15 Minuten
Zubereitungszeit: 10 Minuten

Zutaten für 4 Portionen

500 g Hähnchenbrustfilet
2 Frühlingszwiebel(n)
½ Paprika grün
1 Spitzpaprika
2 EL Sojaöl
100 g Erdnüsse
125 ml Hühnerbrühe
Für die Marinade
5 cm Ingwer
1 EL Sesamöl
3 EL Sojasauce
4 EL Reissessig
2 TL Chilisauce
1 EL Zucker
½ TL Sichuanpfeffer
2 Zehen(n) Knoblauch
3 EL Reiswein



Scharf gebratene Hähnchenwürfel

Vorbereitung

Das Fleisch in 2 cm große Würfel schneiden. Den Ingwer und die Knoblauchzehen schälen und fein hacken. Den Ingwer und den Knoblauch mit den restlichen Marinierzutaten verrühren. Die Fleischwürfel in die Marinade legen und darin etwa ½ Stunde ziehen lassen.

Zubereitung

In der Zwischenzeit die Frühlingszwiebeln, die Paprikaschote und die Gemüsepeperoni putzen. Das gesamte Gemüse in feine Streifen schneiden. Das Fleisch aus der Marinade nehmen und abtropfen lassen. Das Öl erhitzen und die Erdnüsse darin unter Rühren etwa 1 Minute braten. Das Fleisch dazugeben und 5 Minuten pfannenrühren. Das Gemüse daruntermischen und 2 Minuten pfannenrühren. Die Hühnerbrühe dazugießen und etwa 2 Minuten bei großer Hitzezufuhr einkochen lassen. Das Gericht auf einer vorgewärmten Platte servieren.