Bunter Reistopf mit gebratenem Huhn
Kijiyaki-donburi

Kijiyaki-donburi ist ein japanisches Reisschalengericht, das traditionell mit Hähnchen zubereitet wird. Der Name »Kijiyaki« leitet sich von »Kiji« (Fasan) ab, da das Gericht ursprünglich mit Fasanenfleisch zubereitet wurde. Heutzutage wird es jedoch meist mit Hähnchenfleisch gemacht.
Das Hähnchen wird in einer Marinade aus Sake, Mirin, Sojasauce, Zucker und Ingwer eingelegt und dann gebraten, bis es schön karamellisiert und aromatisch ist. Anschließend wird das Fleisch auf einer Schüssel mit heißem Reis serviert und oft mit Lauch und Sesam garniert.
Kijiyaki-donburi ist ein einfaches, aber sehr schmackhaftes Gericht, das sich gut für ein schnelles Mittag- oder Abendessen eignet.

Herkunft: Japan
Kategorie: Hauptspeisen, Geflügelgerichte

Marinieren / Einlegen / Ruhen: 20 Minuten
Vorbereitungszeit: 10 Minuten
Zubereitungszeit: 30 Minuten

Zutaten für 4 Portionen
500 g Hähnchenbrustfilet
4 Ei(er)
200 g Blattspinat
2 Blätter Nori
1 TL Sesamsamen schwarz
400 g Reis
3 EL Öl zum Anbraten
Für die Marinade
5 EL Sojasauce
2 EL Sake
1 ½ EL Mirin
1 TL Zucker
1 EL Öl

Vorbereitung
Den Reis waschen und kochen. Die Sojasauce, Sake, Mirin und Zucker zu Marinade verrühren. Das Fleisch in große, mundgerechte Stücke schneiden und 20 Minuten marinieren. In der Zwischenzeit die Eier hart kochen.

Zubereitung
Die Eier kochen und halbieren, das Gemüse putzen und dünsten. Öl in einer Pfanne erhitzen und bei mittlerer Hitze Fleischstücke braun anbraten und beiseite legen. Das Öl aus der Pfanne abgießen und die Marinade in die Pfanne geben, kurz aufkochen lassen, dann die Fleischstücke dazugeben und unter Rühren dünsten. In vier kleine Schüsseln Reis füllen und den klein geschnittenen Seetang darauf verteilen. Etwas Sud aus der Pfanne über den Reis gießen. Das Fleisch, die Eihälften und Gemüse darauf verteilen, mit Sesam bestreuen und restlichen Sud darüber gießen.

© 2026 coquina.de