

Sesamhähnchen mit Pok Choi & Paprika



Zutaten:

- 1200g Hühnerbrustfilet
- 3x EL Chili Bean Sauce (Lee Kum Kee)
- 3x EL Austernsauce (Maekrua)
- 3x EL Reiswein (Shao Xing)
- 1x EL Sojasauce (dunkel)
- 1x EL Sojasauce (hell)
- 1x gehäufter TL Palmzucker
- 4x Peperoni (rot)
- 60g Ingwer
- 3x Knoblauchzehen
- 1x gehäufter EL Sesamsamen (schwarz)
- Sriracha Super Hot Chilisauce
- 500g Pok Choi
- 1x Paprika (rot)
- 200ml Hühnerbrühe
- Schwarzer Pfeffer (frisch gemahlen)
- Meersalz

- *Maisstärke (mit Wasser angerührt)*
- *Sesamöl (aus geröstetem Sesamsamen)*
- *Erdnussöl*
- *Thai Jasmin Reis*

Anleitung:

- *Das Fleisch in ca. 4cm lange, 2cm breite und 5mm starke Stücke schneiden.*
- *Chili Bean Sauce, Austernsauce, Reiswein, dunkle und helle Sojasauce, Palmzucker und reichlich schwarzen Pfeffer vermischen, ca. ¼ der Mischung zum Fleisch geben & abgedeckt im Kühlschrank marinieren lassen. (mindestens 1 Stunde)*
- *Peperoni, Ingwer und Knoblauch hacken und zusammen mit dem Sesam & Srirachasauce nach Geschmack vermischen.*
- *Pok Choi in Streifen schneiden.*
- *Paprika in Rauten schneiden.*
- *Einen Wok erhitzen, Erdnussöl zugeben und das Fleisch nach und nach scharf anbraten, im Abstellwok warmhalten.*
- *Die restliche Marinade zugeben und bei kleiner Hitze etwas einreduzieren lassen.*
- *Die Peperonimischung bei kleiner Flamme mitbraten, dann zum Fleisch geben.*
- *Paprika kurz anbraten, Pok Choi mitbraten, mit der Hühnerbrühe ablöschen und aufkochen lassen, mit der angerührten Maisstärke binden.*
- *Fleisch wieder zugeben und alles noch ca. ½ Minute Pfannenrühren, mit Sesamöl & evtl. etwas Meersalz abschmecken.*
- *Mit Thai Jasmin Reis servieren.*

地獄火