

Garlic Honey Chicken

Zutaten:

- 4 Hähnchenbrüste
- 1 Packung Jasminreis
- Weißer Sesam
- Sesamöl
- Hühnerbrühe
- Stärke
- Frühlingslauch

Mariade für das Hähnchen:

- 2 Prisen Salz
- 2 TL Natron
- 2 Eiweiß
- 3 EL Stärke
- 1 EL Mehl

Soße:

- Geriebener Ingwer
- Geriebener Knoblauch
- 1 EL Sambal Olek
- 6 EL Hühnerbrühe
- 3 EL Sojasoße
- 4 EL Honig
- 4 EL Reisessig
- 2 EL Kochwein
- 1 EL Austernsoße
- 1 EL Stärke

Anleitung:

1. Die Hähnchenbrüste in größere Würfel schneiden und mit den Zutaten für die Marinade marinieren.
2. In einer separaten Schüssel den geriebenen Knoblauch und Ingwer mit den anderen Soßenzutaten vermischen, bis eine homogene Masse entsteht.
3. Öl auf 160-170°C erhitzen und die marinierten Hähnchenwürfel darin frittieren.
4. Den Wok erhitzen und die Soße erwärmen. Sobald sie einmal aufgekocht ist, das frittierte Hähnchen abtropfen lassen und durch die warme Soße ziehen, damit es sich vollständig damit bedeckt.
5. Zusammen mit Wok-Gemüse und gekochtem Jasmin Reis auf Tellern anrichten. Vor dem Servieren mit weißem Sesam und geschnittenem Frühlingslauch garnieren.

www.kochwerkstatt-wiesbaden.de | 06126/9592825

65510 Idstein | Wiesbadener Straße 82