Huhn mit schwarzen Bohnen
Jiang ya dou chi jī

Herkunft: China
Kategorie: Hauptspeisen, Geflügelgerichte

Vorbereitungszeit: 20 Minuten
Zubereitungszeit: 15 Minuten

Zutaten für 4 Portionen
500 g Hühnerbrust
50 g Ingwer
1 Frühlingszwiebel(n)
50 g Schwarze Bohnen
300 ml Hühnerbrühe
1 Prise Salz
1 EL Reiswein
1 TL Zucker
1 EL Sojasauce dunkel
1 EL Kartoffelmehl
1 EL Öl
Zum Garnieren
1 Karotte(n)

Huhn mit schwarzen Bohnen

Huhn mit schwarzen Bohnen

Vorbereitung
Das Hühnerfleisch waschen, abtupfen und in mundgerechte Würfel schneiden. Den Ingwer schälen und und in Seidenfäden schneiden (Julienne). Die Frühlingszwiebel puzten und fein hacken. Die schwarzen fermentierten Bohnen klein hacken. Die Hühnerbrühe, Salz, Reiswein, Zucker, Sojasauce, Frühlingszwiebel und das Kartoffelmehl in einem Gefäß zu einer Sauce anrühren.

Zubereitung
Eine Pfanne vorbereiten und das Öl darin erhitzen. Das Hühnerfleisch und die gehackten Bohnen etwa 2 Minuten anbraten, dann den Ingwer und die Sauce dazu geben. Die Hitze reduzieren und alles zugedeckt weitere 2 Minuten köcheln lassen bis die Sauce leicht sämig wird. Für die Garnitur Die Karotte in Scheiben von 2 mm Dicke schneiden und nach Belieben Blumen ausstechen. Schwarze fermentierte Bohnen werden häufig auch gesalzen angeboten. Sie sollten dann vor der Zubereitung intensiv gewässert und abgewaschen werden, sonst ist das Gericht versalzen.

© 2024 coquina.de