



Bambussprossen mit Huhn **Jing rong jīn si sun**

Herkunft: China
Kategorie: Hauptspeisen, Geflügelgerichte

Marinieren / Einlegen: 20 Minuten
Vorbereitungszeit: 5 Minuten
Zubereitungszeit: 25 Minuten

Zutaten für 4 Portionen

600 g Hühnerbrust
2 EL Reiswein
2 EL Kartoffelmehl
1 Prise Salz
600 g Bambussprossen
500 ml Hühnerbrühe
8 EL Öl
80 g Schinken

Vorbereitung

Das Hähnchenfleisch waschen, trocken tupfen und fein hacken. Reiswein, Speisestärke und Salz mischen und das Fleisch 20 Minuten darin marinieren lassen. In der Zwischenzeit die Bambussprossen in feine Streifen schneiden. Den Schinken fein würfeln.

Zubereitung

Die Hühnerbrühe mit den Bambusstreifen im Wok aufkochen, die Hitze reduzieren und 20 Minuten köcheln lassen, bis der Bambus die Hühnerbrühe vollständig aufgenommen hat. Die Bambusstreifen herausnehmen und mit dem marinierten Hühnerfleisch mischen. Das Öl im Wok stark erhitzen. Bambus und Hühnerfleisch 3 Minuten pfannenrühren.

Bambus und Hühnerfleisch auf einen Teller geben, den fein gewürfelten Schinken drüberstreuen und alles heiß servieren.