Pikantes Hühnchenbrustfilet
Xiūng là jīxiōng ròu

Pikantes Hühnchenbrustfilet, auch bekannt als Xiūng là jīxiōng ròu, hat einen intensiven und würzigen Geschmack. Es wird oft mit einer Mischung aus Sojasauce, Sambal Oelek, Knoblauch und anderen Gewürzen mariniert, was dem Gericht eine scharfe und aromatische Note verleiht. Die Schärfe kann je nach Rezept variieren, aber generell ist es ein Gericht, das sowohl würzig als auch herzhaft ist.

Herkunft: China
Kategorie: Hauptspeisen, Geflügelgerichte

Vorbereitungszeit: 30 Minuten
Zubereitungszeit: 30 Minuten

Zutaten für 4 Portionen
350 g Hühnchenbrustfilet
½ Paprika grün
½ Paprika rot
50 g Bambussprossen
50 g Champignons
1 Ei(er)
10 ml Sojasauce hell
5 ml Sojasauce dunkel
2 EL Zucker
30 g Kartoffelmehl
500 ml Öl zum Frittieren
400 ml Fleischbrühe
1 TL Glutamat
15 ml Reiswein
½ TL Salz
30 g Sambal Oelek


Pikantes Hühnchenbrustfilet

Vorbereitung
Die Hühnchenbrustfilets waschen, Haut und Sehne entfernen und schräg in etwa 5 cm lange, 2 cm breite und 0,2cm dicke Scheiben schneiden. Die Scheiben mit 3 g Salz würzen und leicht glatt rühren, bis sie klebrig werden. Dann ein Ei und 5 ml Reiswein zugeben und weiter leicht glatt rühren. Zum Schluss 20 g Speisestärke zugeben und leicht glatt rühren. Die grüne und rote Paprika waschen, entkernen und in diagonale, 2 cm große Stücke schneiden. Die Bambussprossen in etwa 4 cm lange, 1,5 cm breite und 0,2cm dicke Scheiben schneiden. Die Champignons, wenn sie ganz sind, auch in Scheiben schneiden. Die Speisestärke in 10 ml Kaltwasser anrühren und beiseite legen.

Zubereitung
Den Topf heiß werden lassen, mit etwa 200 ml Öl füllen, dann den Topf schwenken, damit die Wände mit Öl bedeckt werden. Das Öl bis auf etwa 500 ml in dem Topf auffüllen und heiß werden lassen. In der Zwischenzeit die Hühnchenbrustscheiben mit 20 ml Kaltöl glatt rühren, damit sie

© 2026 coquina.de

beim Braten nicht zusammenkleben. Das Öl bis etwa 90 Grad heiß werden lassen, die Hühnchenbrustscheiben zugeben, so lange frittieren, bis sie nicht mehr zusammenkleben. Paprika, Champignons und Bambussprossen zugeben, mit dem Hühnchenfleisch topfrühren, etwa eine Minute lang. Alles in einen Sieb mit einem Behälter darunter einschütten und das Öl abtropfen lassen. In eine Pfanne etwa 30 ml Öl geben, Sambal Oelek, Zucker, Glutamat, helle und dunkle Sojasauce zugeben und verrühren. 400 ml Brühe (oder Wasser), dann 10 g mit Wasser angerührte Speisestärke dazugeben und glatt rühren. Die Soße aufkochen lassen, die frittierten Materialien wieder in die Pfanne legen und kurz pfannenrühren. Servieren, sobald die Hühnchenbrustscheiben mit Soße überzogen sind. Beim Würzen die Hühnchenbrustscheiben nicht schnell und kräftig rühren, sonst könnten sie kaputtgehen. Zum Frittieren der Hühnchenbrustscheiben das Öl nicht zu heiß werden lassen, sonst könnte das Fleisch zusammenkleben und zäh werden.

© 2026 coquina.de