Hühnchenfiletwürfel mit süßer Sauce
Tián zhī jī liu kuài

Hühnchenfiletwürfel mit süßer Sauce (Tián zhī jī liu kuài) ist ein beliebtes chinesisches Gericht, das für seinen süßlichen und herzhaften Geschmack bekannt ist. Die Sauce besteht oft aus Zutaten wie Zucker, süßer Sojasauce und manchmal auch Knoblauch, was dem Gericht eine angenehme Süße und Tiefe verleiht.Das Hühnchen wird in mundgerechte Würfel geschnitten und oft mit Kartoffelmehl ummantelt, was ihm eine zarte Textur und einen leichten Crunch verleiht. Die Kombination aus dem saftigen Hühnchen und der süßen Sauce macht dieses Gericht besonders lecker und beliebt.

Herkunft: China
Kategorie: Hauptspeisen, Geflügelgerichte

Vorbereitungszeit: 15 Minuten
Zubereitungszeit: 20 Minuten

Zutaten für 4 Portionen
350 g Hühnchenbrustfilet
100 g Erdnüsse
5 EL Ketjap manis
3 Zehen(n) Knoblauch
1 Ei(er)
30 g Zucker
25 g Kartoffelmehl
5 g Salz
25 ml Reiswein
1 EL Öl
1 TL Sesamöl


Hühnchenfiletwürfel mit süßer Sauce

Vorbereitung
Die Hühnchenbrustfilets unter fließendem Wasser waschen, Haut und Sehnen entfernen und dann in ca. 1,5 cm große Würfel schneiden. Das Kartoffelmehl mit Wasser anrühren. Den Knoblauch schälen und fein hacken. Die Hühnchenbrustwürfel würzen: zuerst 2 g Salz dazugeben, glatt rühren, dann das Eiweiß eines Eis dazugeben, glatt rühren, danach das mit Wasser angerührte Kartoffelmehl hinzufügen und alles glatt rühren. Die Haut der Erdnusskerne entfernen. Wenn es frische Erdnusskerne sind, sollten sie zuerst kurz in siedendem Wasser blanchiert werden.

Zubereitung
Einen Topf heiß werden lassen, mit Öl füllen (bis 500 ml) und das Öl heiß werden lassen, bis etwa 170 Grad. Die Erdnusskerne frittieren und, wenn sie knusprig sind, herausnehmen. Die Hühnchenbrustwürfel in den Topf geben und gleichzeitig mit einem Löffel auseinander bringen, bis sie gar sind. Das Fleisch in einen Sieb geben und das Öl in einem Behälter darunter auffangen. Eine Pfanne erhitzen, Knoblauch und Ketjap Manis anbraten, bis die Flüssigkeit leicht reduziert ist. Dann Zucker zugeben braten, bis der Zucker geschmolzen ist. Dann den Reiswein, 3 g Salz zugeben und alles glatt rühren. Anschließend die Hühnchenfiletwürfel und Erdnusskerne dazugeben und alles schnell glatt rühren. Wenn die Hühnchenwürfel mit der Soße gut überzogen

© 2026 coquina.de

sind, herausnehmen. Einige Tropfen Sesamöl zugeben, das Gericht gleich auf eine vorgewärmte Platte geben und heiß servieren.

© 2026 coquina.de