



## Gebackenes Sesamhuhn Goma-noshidori

Herkunft: Japan

Kategorie: Hauptspeisen, Geflügelgerichte

Vorbereitungszeit: 15 Minuten

Zubereitungszeit: 20 Minuten

### Zutaten für 4 Portionen

300 g Hähnchenfleisch

1 Ei(er)

1 ½ EL Kartoffelmehl

1 EL Sake

1 ½ EL Sojasauce

1 TL Zucker

1 Blätter Nori

3 EL Sesamsamen

### Vorbereitung

Das Hühnerfleisch fein hacken oder durch einen Fleischwolf drehen. Den Backofen auf 220 bis 250 °C vorheizen. In einer Schüssel Hühnerhack, Ei, Kartoffelmehl, Sake, Sojasauce und Zucker gut verkneten. Die Sesamsamen in einer Pfanne ohne Öl rösten, bis sie anfangen, zu duften.

### Zubereitung

Nori auf ein Backblech legen, den Fleischteig mit einem Schaber darauf verstreichen und Sesamkörner darüberstreuen. 10 bis 12 Minuten im Ofen backen. In Stücke schneiden und servieren. Dazu passen Suppe, Reis und Salat. Gemüsebeilage wie z.B. Paprikastreifen ca. 3 Minuten mit im Ofen backen.