

Scharfes Kokos - Annanas - Hühnchen

Zutaten:

250 Gr. Hühnchenbrust
1 Dose kokosmilch, 400ml
1 Glas China-Gemüse, 140 Gr.
1 rote Paprika
1 Frühlingzwiebel
2 Karotten
1 Dose Annanas, 140 Gr.
helle Sojasoße
Olivenöl
Chillipulver
China-Würzmischung
Basilikum
Zitronensaft
Sambal Olek
Knoblauchpulver
Peffer, Salz

Vorbereitung:

Hähnchenbrust in Würfel schneiden und in 1 EL Sojasoße, 2 EL Olivenöl, 1 TL Chillipulver und 1 TL China-Würzmischung einlegen.
1/2 Glas China-Gemüse abtropfen lassen. Die Karotten schälen, der Länge nach halbieren und in Scheiben schneiden. Paprika würfeln und die Frühlingzwiebeln in Ringe schneiden. Annanas abtropfen lassen und den Saft in einem Glas auffangen.
Die Kokosmilch in ein Gefäß geben mit 1 TL Basilikum, 15 - 20 Tropfen Zitronensaft, die Hälfte des Annanassaftes, 2 - 2 1/2 TL Sambal Olek, 1/2 TL Knoblauchpulver, 1 TL Pfeffer und 1 TL Salz mischen.

Zubereitung:

Das Fleisch im Wok mit reichlich Olivenöl anbraten, herausnehmen und zu Seite stellen. Paprika und Karotten im Fleischsud anbraten. Anschließend die Soße, das China-Gemüse, die Annanasstücke und das Fleisch zugeben und ca. 5 Minuten leicht kochen lassen.

Dazu wird Basmatireis serviert.

- Guten Appetit -