

Rezept

Banh Mi Sandwich

Ein Rezept von Banh Mi Sandwich, am 18.04.2024

Zutaten

Für die Marinade:

- | | |
|--|--------------------------|
| 1 große Knoblauchzehe | 1 Stängel Ingwer |
| 2 EL Sesamöl (ersatzweise Sonnenblumenöl) | 2 EL Sojasauce |
| 1 TL Honig | 1 EL Limettensaft |
| schwarzer Pfeffer (frisch gemahlen) | |

Für die Sriracha-Mayo:

- | | |
|------------------------|------------------------------|
| 2 EL Mayonnaise | 1/2 TL Sriracha-Sauce |
| Salz | 1/2 TL Limettensaft |

Außerdem:

- | | |
|---|-------------------------------------|
| 250 g Hähnchenbrustfilet | 1/2 kleine Salatgurke |
| 2 Chilischoten | 1 kleines Bund Koriandergrün |
| 3 kleine Baguettes (ersatzweise ein großes Baguette) | 3 EL Banh Mi Pickles |

Rezeptinfos

Portionsgröße Ergibt 3 große Sandwiches | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min

Zubereitung

1. Für die Marinade Knoblauch und Ingwer schälen und fein reiben oder sehr fein hacken. Es soll ungefähr 1 TL je Zutat sein. Öl, Sojasauce, Honig, Limettensaft und Pfeffer mit Knoblauch und Ingwer in einer kleinen Schüssel verrühren.
2. Für die Sriracha-Mayo die Mayonnaise mit der Sriracha-Sauce, 1 Prise Salz, und dem Limettensaft in einer Schüssel verrühren.
3. Das Hähnchenbrustfilet trocken tupfen und in zwei Stücke schneiden. Die Marinade in einer Pfanne erhitzen. Sobald sie zu köcheln beginnt, das Hühnerfleisch einlegen. Das Fleisch bei mittlerer Hitze in 5-8 Min. unter gelegentlichem Wenden in der Marinade schmoren, bis es durchgegart ist. (Diese Zeit variiert, je nachdem wie dick das Fleisch geschnitten wurde.) Die Sauce soll dabei dick und sirupartig einkochen. Bei Bedarf etwas Wasser dazugeben, damit nichts anbrennt.
4. Inzwischen die Gurke putzen, waschen oder schälen und in dünne, 5 cm lange Stifte schneiden. Die Chilischoten putzen, waschen und in Ringe schneiden. Koriandergrün waschen, trocken schütteln und beiseitelegen - die Blätter erst bei Gebrauch abzupfen, so bleiben sie länger frisch.

5. Das Fleisch aus der Pfanne nehmen und in Streifen schneiden, dann wieder in die Pfanne geben und in der Marinade wenden, sodass die Streifen rundherum mit Marinade bedeckt sind.
-
6. Die Baguettes der Länge nach aufschneiden, aber nicht ganz durchschneiden, und auseinanderklappen. Die Unterseite der Baguettes dünn mit Sriracha-Mayo bestreichen, dann mit Fleisch und mit je 1 EL abgetropften Banh Mi Pickles füllen. Die Gurkenstifte ganz leicht salzen und mit den Chiliringen und ein paar abgezapften Korianderblättern darauf verteilen.