Rezept

Huhn mit Cashews

Ein Rezept von Huhn mit Cashews, am 07.07.2025

Zutaten

600 g	Hähnchenbrustfilet
1 EL	Speisestärke
	1-2 rote Paprikaschoten
2	Knoblauchzehen
3 EL	Sojasauce
2 EL	dunkler Reisessig
2 TL	Sesamöl
100 g	Cashewkerne
1	Eiweiß
	Salz
1 Bund	Frühlingszwiebeln
	4-6 rote Chilischoten
2 EL	Reiswein
2 TL	Zucker
5 EL	Öl

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 zum Sattessen: | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 470 kcal

Zubereitung

1. Das Hähnchenbrustfilet in ungefähr 1 cm große Würfel schneiden. Mit dem Eiweiß, der Speisestärke und Salz mischen.

2. Paprikaschoten waschen, halbieren und den Stiel rausbrechen. Weiße Häute und Kernchen rauszupfen, Paprika in Streifen schneiden. Von den Frühlingszwiebeln die Wurzelbüschel und die ganz dunkelgrünen welken Teile abschneiden, den Rest waschen und in dünne Ringe schneiden. Knoblauch schälen, die Chilischoten waschen und entstielen, beides zusammen fein hacken. Die Sojasauce mit Reiswein, Essig, Zucker und Sesamöl zu einer Sauce verrühren.

3. Wok oder Pfanne heiß machen, Öl reinschütten. Cashews ins Öl legen und unter Rühren ungefähr 1 Minute braten, bis sie schön braun sind. Mit einem Schaumlöffel wieder rausholen, gut abtropfen lassen und erst mal zur Seite stellen.

4. Paprika, Frühlingszwiebeln und Knoblauch-Chili-Mischung ins Öl geben und gut 1 Minute kräftig braten. Hühnerfleisch untermischen und ungefähr 2 Minuten braten. Die ganze Zeit immer durchrühren. Sauce dazugießen, Cashews untermengen, einmal gut erhitzen, fertig!