

## Rezept

# Oyakodon

Ein Rezept von Oyakodon, am 02.05.2024

## Zutaten

<b>300 g</b> Sushireis	<b>1</b> Zwiebel
<b>200 g</b> Hähnchenschenkel (entbeint)	<b>300 ml</b> Dashibrühe (selbstgemacht oder Instant)
<b>60 ml</b> Mirin	<b>60 ml</b> Sojasauce
<b>1 EL</b> Zucker	<b>4</b> Eier
<b>½ Beet</b> Kresse	Sansho-Pfeffer (ersatzweise schwarzer Pfeffer)

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 4 Portionen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 515 kcal, 13 g F, 23 g EW, 72 g KH

## Zubereitung

1. Den Reis in einer Schüssel mit Wasser waschen und abgießen, diesen Vorgang fünfmal wiederholen. Dann ca. 20 Min. im Sieb quellen lassen. Mit 400 ml Wasser in einem Topf zugedeckt zum Kochen bringen und ca. 13 Min. bei kleiner Hitze zugedeckt köcheln lassen.
2. Vom Herd nehmen und zugedeckt ca. 10 Min. ziehen lassen. Inzwischen die Zwiebel schälen, halbieren und längs in feine Scheiben schneiden. Hähnchenschenkel trocken tupfen und in ca. 3 cm große Würfel schneiden. Dashibrühe, Mirin, Sojasauce und Zucker in einer Pfanne zum Kochen bringen. Das Hähnchenfleisch und die Zwiebelscheiben hineingeben und bei mittlerer Hitze ca. 3 Min. zugedeckt sanft köcheln lassen.
3. Inzwischen die Eier mit einem Holzstäbchen oder einer Gabel grob verquirlen. Kresse abbrausen, trocken schütteln und vom Beet schneiden. Die Eier gleichmäßig über die Fleisch-Zwiebel-Mischung in die Pfanne gießen. Alles ca. 30 Sek. zugedeckt garen, bis die Eier gestockt, aber keinesfalls trocken sind. Dabei grob mit einem Holzstäbchen durchrühren. Vom Herd nehmen und alles noch ca. 1 Min. zugedeckt ziehen lassen.
4. Den Reis in Schalen anrichten. Die Eier-Fleisch-Mischung mit einer Schöpfkelle auf dem Reis verteilen. Mit der Kresse und Sansho-Pfeffer bestreuen und servieren.