

Rezept

Pak-choi mit Huhn

Ein Rezept von Pak-choi mit Huhn, am 28.04.2024

Zutaten

800 g Pak-choi	500 g Hähnchenbrustfilet
2 TL Sichuan-Pfeffer	1/4 l Hühnerbrühe, leicht mit Wasser verdünnt (chinesische Hühnerbrühe, selbst gemacht, oder verdünnter Geflügel-Fond)
3 EL Sojasauce	1 EL Fischsauce
Salz	3 TL Speisestärke
Koriander- oder Minzeblättchen zum Bestreuen	

Rezeptinfos

Portionsgröße Reicht für 4: | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 340 kcal

Zubereitung

1. Den Pak-choi waschen und alle welken Blätter abzupfen, Strunkende abschneiden. Pak-choi der Länge nach achteln. Hähnchenfleisch in schmale Streifen schneiden.
2. Sichuan-Pfeffer im Mörser fein zerstoßen und mit Hühnerbrühe, Sojasauce und Fischsauce im Wok oder im Topf erhitzen. Den Pak-choi und Hühnerfleisch reinlegen, den Deckel drauf und alles bei starker Hitze ungefähr 4 Minuten garen, bis der Pak-choi bissfest ist. Zur Probe mit einem Messer einstechen. Mit Salz abschmecken.
3. Stärke mit 3 EL kaltem Wasser verrühren, unter die Sauce mischen, noch mal gut aufkochen. Mit Koriander oder Minze bestreuen.