

Rezept

Thai Chili-Chicken-Sauce

Ein Rezept von Thai Chili-Chicken-Sauce, am 10.05.2026

Zutaten

| | |
|-------------------------------------------------------|--------------------------|
| 5 frische rote mittelscharfe Thai-Chilischoten | 3 Knoblauchzehen |
| 30 g frischer Ingwer | 100 g Zucker |
| 2 TL Speisestärke | 3 EL heller Essig |
| Salz | |

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 6 Personen: | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 90 kcal

Zubereitung

1. Die Chilis waschen, längs vierteln und samt Kernen (aber ohne Stielansätze) klein schneiden. Den Knoblauch und den Ingwer schälen und sehr fein hacken.

2. Den Zucker in einen hellen Topf streuen und mit etwas Wasser befeuchten. Bei mittlerer Hitze schmelzen. Chilis und Knoblauch ca. 5 Min. darin andünsten. Den Topf vom Herd nehmen und kurz abkühlen lassen. Ingwer zugeben, 1/4 l Wasser angießen und unter Rühren aufkochen.

3. Die Speisestärke mit etwas kaltem Wasser anrühren, mit dem Essig zum Sirup gießen und 3 Min. sanft kochen lassen. Salzen und in einem Schüsselchen abkühlen lassen.