

Rezept

# Wok-Hähnchen

Ein Rezept von Wok-Hähnchen, am 09.06.2026

## Zutaten

<b>1</b> große rote Paprikaschote	<b>1 Bund</b> Frühlingszwiebeln
<b>400 g</b> Egerlinge oder Champignons	<b>1 Stück</b> Ingwer (ca. 4 cm)
<b>1</b> Bio-Limette	<b>600 g</b> Hähnchenbrustfilets
<b>150 ml</b> Hühnerbrühe	<b>5 EL</b> Sojasauce
<b>3 TL</b> Wasabipaste (japanischer grüner Meerrettich)	<b>2 EL</b> Öl
Salz	Korianderblättchen zum Bestreuen

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 270 kcal

## Zubereitung

1. Paprikaschote waschen, halbieren, putzen und in feine Streifen schneiden. Frühlingszwiebeln waschen, putzen und in feine Ringe schneiden. Pilze mit Küchenpapier säubern, Stielenden abschneiden. Pilze in 1 cm dicke Scheiben schneiden.
2. Den Ingwer schälen und in feine Stifte schneiden. Die Limette heiß waschen und abtrocknen, Schale fein abreiben, Saft auspressen. Das Hähnchenfleisch waschen, trocken tupfen und quer in dünne Scheiben schneiden.
3. Brühe mit 2 EL Limettensaft, Sojasauce und Wasabi gründlich verrühren. Den Wok erhitzen und 1 EL Öl hineingießen. Das Hähnchenfleisch nacheinander in 2 Portionen in je 2 Min. unter Rühren hellbraun braten und wieder herausnehmen.
4. Das Gemüse im übrigen Öl unter Rühren in 3-4 Min. bissfest braten. Den Ingwer mit der Sauce und dem Hähnchenfleisch zugeben. Alles mit Limettenschale und Salz abschmecken und mit Korianderblättchen bestreut servieren.