

Streetfood-Nudel-Eintopf mit Hähnchen, Pak-Choi-Salat

Für zwei Personen

Für das Hähnchen:

2 Hähnchenbrüste à 150 g	50 g Zuckerschoten	2 Karotten
1 Knolle Ingwer à 2 cm	$\frac{1}{2}$ Bund Frühlingszwiebeln	200 ml Geflügelfond
$\frac{1}{2}$ TL Sambal Oelek	3 TL Chilisaucе	3 EL Sojasauce
Salz		

Für die Nudeln:

100 g Mie-Nudeln

Für den Salat:

2 Baby-Pak-Choi	200 g geräucherter Tofu	4 Frühlingszwiebeln
2 Karotten	1 rote Chili	1 Limette, 2 EL Saft
2 EL Sojasauce	$\frac{1}{4}$ TL Ingwerpulver	$\frac{1}{4}$ TL gemahlenes Zitronengras
1 Prise brauner Zucker	40 g Erdnüsse	2 Zweige Koriander
3 EL Erdnussöl	Salz	

Für das Bhatura:

300 g Mehl	4 EL Naturjoghurt	1 EL Grieß
$\frac{1}{4}$ TL gemahlener Kreuzkümmel	$\frac{1}{4}$ TL Backpulver	1 Prise Zucker
400 ml neutrales Pflanzenöl	1 TL feines Salz	

Für das Hähnchen:

Das Hähnchenbrustfilet kalt abrausen, trocken tupfen und in dünne Scheiben schneiden. 1 TL Chilisaucе mit 1 EL Sojasauce verrühren und unter das Fleisch mischen. Den Ingwer schälen und in feine Streifen schneiden. Die Frühlingszwiebeln putzen, waschen und mit dem Grün in feine Ringe schneiden, etwas Grün beiseitelegen. Die Zuckerschoten waschen und putzen, die Fäden dabei mit abziehen. Die Schoten leicht schräg in ca. 1 cm breite Stücke schneiden. Die Karotten schälen und erst längs in Scheiben, dann die Scheiben in Streifen schneiden.

Gleichzeitig Geflügelfond mit Ingwer, Frühlingszwiebeln, Zuckerschoten und Karotten zum Kochen bringen und ca. 2 Minuten kochen lassen.

Mit übriger Chili- und Sojasauce würzen. Mit Salz und Sambal Oelek kräftig abschmecken.

Für die Nudeln:

Die Nudeln in einem Topf mit Geflügelfond aufkochen und ca. 3 Minuten ziehen lassen.

Die Hähnchenbruststücke in einem Wok mit etwa Sesamöl kräftig anrösten. Den aromatisierten Fond angießen aufkochen und mit den Nudeln vermengen.

Für den Salat:

Den Pak-Choi abrausen, trockenwedeln und fein schneiden.

Die Karotten schälen, von den Enden befreien und grob schneiden. Die Frühlingszwiebeln von der äußeren Schale befreien, putzen und in feine Ringe schneiden. Die Chili längs halbieren, von Kernen und Scheidewänden befreien und klein würfeln.

Für das Dressing 2 EL Erdnussöl, Limettensaft, Sojasauce, Ingwer- und Zitronengraspulver, Zucker und eine Prise Salz kräftig aufschlagen. Die Chiliwürfel unterrühren und über den Salat träufeln.

Den Tofu würfeln und in einer beschichteten Pfanne im restlichen Erdnussöl goldbraun anbraten. Die Erdnusskerne zugeben, kurz mitschwenken, heiß auf den Salat geben und mit gehacktem Koriander garnieren.

Für das Bhatura:

Mehl, Grieß, Salz, Zucker, Kreuzkümmel und Backpulver verrühren.

Joghurt und 2 EL Öl hinzufügen und zu einem elastischen Teig verkneten.

Den Teig mit einem Nudelholz zu 8 kleinen Fladen ausrollen.

Das Öl in einem Topf erhitzen und die Fladen darin ausbacken. Das Brot muss beim Frittieren von Öl bedeckt sein.

Auf Küchenkrepp abtropfen lassen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Birte Grieblinger am 22. Januar 2019