

Chicken-Teriyaki

Für 4 Portionen:

600 g Hähnchenbrustfilet	2 Frühlingszwiebeln	2 Knoblauchzehen
1 EL Rapsöl	5 EL Sojasauce	2 EL Zucker
3 EL Reisweinessig oder Sake	2 EL trockner Weißwein	1 EL Sesamöl
1 TL Speisestärke		

Hähnchen in mundgerechte Stücke schneiden. Frühlingszwiebeln in Ringe schneiden. Knoblauch klein hacken.

In einer Schüssel Sojasauce, Zucker, Essig, Weißwein und Sesamöl verrühren.

Öl in einer Pfanne erhitzen und die Hähnchen-Stücke rundherum anbraten.

Den Knoblauch und die Frühlingszwiebeln zugeben und kurz mitbraten.

Die Sauce zugeben und alles unter Rühren bei mittlerer Hitze für ca. 2 Minuten köcheln lassen.

Wenn die Sauce eindickt und glänzt, ist sie fertig.

Als Beilage seien 300 g Jasminreis und Brokkoli empfohlen.

NN am 27. Dezember 2023