

Hähnchen mit Cashew-Kernen

Für 2 Personen

200 g Hähnchenbrustfilet	150 g Thai-Langkornreis	100 g Cashewkerne, ganz
100 g Zuckerschoten	1 Frühlingszwiebel	1 Zwiebel
3 Schalotten	1 Zehe Knoblauch	1 TL Chilipaste, rot
2 EL Oystersoße	50 ml Sojasoße	4 Tropfen Chili-Öl
20 g Sesam	10 Gewürznelken, getrocknet	1 EL Zucker
Sesamöl	Salz	

Einen Topf mit Salzwasser zum Kochen bringen und anschließend den Reis darin garen. Das Hähnchenbrustfilet waschen, trocken tupfen und in feine Streifen schneiden. Das Sesamöl in einer Pfanne erhitzen und die Fleischstreifen darin anbraten. Anschließend die Chilipaste dazu geben und mit einkochen lassen. Währenddessen die Zwiebel abziehen und halbieren. Die Gewürznelken in die Zwiebelhälften stecken und zum Reis in den Topf geben und mit dünsten lassen. Den Sesam in einer Pfanne ohne Öl anrösten. Die Cashewkerne, die Oystersoße und die Sojasoße zum Fleisch in die Pfanne geben und gut mit den restlichen Zutaten vermengen. Die Zuckerschoten waschen und die Schalotten, die Frühlingszwiebel und den Knoblauch abziehen und fein würfeln. Das Ganze mit den Zuckerschoten zum Fleisch in die Pfanne geben und mit anbraten. Alles mit etwas Chili-Öl und Zucker abschmecken. Den Reis abgießen und die Zwiebel mit den Nelken herausnehmen. Das Hühnchen mit den Cashewkernen und dem Reis auf Tellern anrichten und mit dem Sesam garnieren.

Johann Sklona am 17. März 2010