

## Honig-Senf-Hähnchen mit Reis

500 g Hähnchenbrustfilet	3 EL Honig	2 EL Senf
1 EL Sojasauce	1 Knoblauchzehe, gehackt	1 TL Paprikapulver
1 TL Olivenöl	Salz, Pfeffer	Petersilie
250 g Basmatireis	500 ml Wasser	1 TL Salz

Den Reis in einem Sieb gründlich abspülen, bis das Wasser klar ist.

Wasser in einem Topf zum Kochen bringen und den Reis sowie 1 TL Salz hinzufügen.

Den Reis zugedeckt bei niedriger Hitze 10-12 Minuten köcheln lassen, bis er gar ist.

Vom Herd nehmen und 5 Minuten ruhen lassen, bevor man ihn auflockert.

In einer Schüssel Honig, Senf, Sojasauce, Knoblauch, Paprikapulver, Salz und Pfeffer gut vermischen.

Die Brustfilets in Streifen schneiden, in die Marinade geben und mindestens 10 Minuten ziehen lassen.

Das Olivenöl in einer großen Pfanne erhitzen.

Die Hähnchenstreifen in die Pfanne geben und bei mittlerer Hitze 5-7 Minuten braten, bis sie goldbraun und durchgegart sind.

Das Hähnchen mit der restlichen Marinade in der Pfanne kurz aufkochen lassen, damit sich die Aromen verbinden.

Den Reis auf Teller verteilen.

Das Honig-Senf-Hähnchen darüber geben und mit frischer Petersilie oder Schnittlauch garnieren.

NN am 24. Januar 2025