



Gong Bao Chicken

traditionelles chinesisches Wok - Gericht aus der Sichuan - Küche

Das Rezept stammt von einer Chinareise aus der Stadt Chongqing (重庆).

Zunächst den Boden des Wok großzügig mit Öl bedecken und dieses auf höchster Stufe erhitzen. Das Geschnetzelte rundherum mit Mehl bestäuben und scharf anbraten, dann salzen. Das Fleisch herausnehmen, evtl. etwas Öl nachgeben und die gehackten Erdnüsse leicht anbraten. Die Erdnüsse herausnehmen und die Zwiebeln anbraten. Anschließend den gehackten Knoblauch hinzugeben und ebenfalls anbraten. Die Frühlingszwiebeln und die Chilischoten in Streifen schneiden und hinzugeben. Den Zucker darüber streuen und karamellisieren lassen. Fleisch und Erdnüsse wieder hinzugeben.

Mit Wein ablöschen, aufkochen lassen und den Essig hinzugeben. Abschließend mit Sojasauce, Ingwer und Pfeffer (gut zerkleinern, sehr intensiv!) würzen und abschmecken.

Auf Reis servieren.

Arbeitszeit: ca. 45 Min.
Schwierigkeitsgrad: normal
Brennwert p. P.: keine Angabe



Zutaten für 3 Portionen:

400 g	Hühnerfleisch, geschnetzelt
1 EL	Mehl
50 g	Erdnüsse, ungesalzen und ohne Schale
1	Zwiebel(n)
2	Knoblauchzehe(n)
1 Bund	Frühlingszwiebel(n)
2	Chilischote(n)
25 g	Zucker
50 ml	Wein, weißer (Kochwein)
1 EL	Essig
10	Pfefferkörner, (Sichuanpfeffer), zerstoßen
2 g	Ingwer, gehackt
20 ml	Sojasauce, süße
	Öl
	Salz

Verfasser: Kochmütze86