

Hähnchen auf chinesische Art

Marinierzeit wenn gewünscht: **1-2 Tage**, (s. Hinweis „☞“)

Vorbereitungszeit: 60 Minuten } **2 Stunden**

Zubereitungszeit: 60 Minuten

ZUTATEN für ... Personen		4	6
Hähnchen	g	1000	1500
Möhren	g	375	500
Lauch	g	375	500
Muskatblüte	St.	1	1
Salz, schwarze Pfefferkörner			
Schnittlauch			
Sherry	EL	1	1½
Sojasoße	EL	3	4½
Chinagewürz	TL	1	1½
Öl	EL	2	3
Glasnudeln	g	125	200

VORBEREITEN:

1. Hähnchen zerteilen. Fleisch von Knochen und Haut lösen. In ½ cm dicke Scheiben schneiden.
2. Marinade aus Sherry, Sojasoße und Chinagewürz herstellen und darin das Hähnchenfleisch 30 Minuten ziehen lassen.

3. 1 Möhre und 1 Lauchstange zerteilen als Suppengemüse.
4. Restliches Gemüse in feine Streifen schneiden.

ZUBEREITUNG:

1. Suppengemüse mit den Hähnchenresten und schwarzem Pfeffer mischen und in 1l Salzwasser bei schwacher Hitze 45 Minuten kochen lassen. Suppe durch ein Sieb gießen und mit Schnittlauchröllchen bestreuen. Warm halten.
2. Nudeln garen.
3. Öl erhitzen, abgetropftes Fleisch darin unter Rühren 1-2 Minuten anbraten. In Streifen geschnittenes Gemüse zufügen und weitere 2 Minuten braten. Die Nudeln untermischen und alles heiß werden lassen. Mit Pfeffer und Salz abschmecken. Als Hauptgericht nach der Suppe servieren.

☞ **Um das Fleisch würziger zu machen**, kann es vorher ein bis zwei Tage mariniert werden. Sauerliche Marinade aus Wein oder Essig mit Suppengemüse kochen, abkühlen lassen und den Sud mit Salz, Sherry, Sojasoße und Kräutern abschmecken. Marinade über das Fleisch geben und es zugedeckt kalt stellen.