

Gebratener Reis mit Hühnchen und Ei

Das Rezept für die ganze Familie, schnell und unkompliziert: Gebratener Reis mit Hühnchen und Ei.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 30 min

Koch/Backzeit: 30 min

Ruhezeit: 12,0 h

Gesamtzeit: 13,0 h



Zutaten

500 g	Reis
1 l	Hühnerbrühe
200 g	Gemüse
400 g	Hühnerbrustfilets
1 TL	Currypulver
3 Stk.	Knoblauchzehe
2 Stk.	Chilischoten
2 EL	Öl
2 Stk.	Eier
1 Prise	Paprikapulver
1 Prise	Salz
1 Prise	Pfeffer
2 EL	Sojasauce
1 Bund	Schnittlauch

Zubereitung

1. Beim gebratenen Reis mit Hühnchen und Ei ist zu beachten, dass das Gericht bereits am Vortag vorbereitet werden muss. Zuerst die Filets trockentupfen und in mundgerechte Stücke schneiden. Die Sojasauce mit dem Öl verrühren und in eine große, flache Schale geben.

2. Die Knoblauchzehen schälen und grob hacken, zur Marinade geben. Die Chilischoten ebenfalls grob hacken und in die Marinade geben. Currypulver, Paprikapulver, Pfeffer und Salz nach Geschmack zufügen und alles gut verrühren. Das Fleisch in die Marinade geben, gründlich durchrühren, sodass die Stücke rundum mit der Marinade bedeckt sind. In den Kühlschrank stellen und über Nacht ziehen lassen.
3. Am Folgetag den Reis zubereiten: Die Hühnerbrühe in einen Topf geben, zum Kochen bringen. Den Reis darin bissfest garen. Nach Geschmack mit Currypulver würzen.
4. Die Eier in eine Schale schlagen und verquirlen, nach Geschmack würzen. Den Wok oder eine große Pfanne mit hohem Rand mit Öl erhitzen, die Eier eingießen und wie ein Rührei zubereiten. Anschließend herausnehmen, auf einen Teller geben und zur Seite stellen.
5. Aus der Marinade die Chilischoten und Knoblauchstücke entfernen. Dann mit dem Fleisch in die Pfanne geben und bei mittlerer Hitze rundum anbraten, dabei ständig rühren.
6. Nun kommt das gefrorene Gemüse dazu, einige Minuten weiterbraten und rühren, bis das Gemüse bissfest ist. Den vorbereiteten Reis dazugeben, stetig rühren, zum Schluss die Eier untermischen. Noch einmal abschmecken. Auf vorgewärmten Tellern anrichten, mit frisch gehacktem Schnittlauch bestreuen und servieren.

Tipp

Den gebratenen Reis mit Hühnchen und Ei kann man natürlich auch mit frischem Gemüse zubereiten.