

Hähnchen süß-sauer

Das Hähnchen süß- sauer ist ein schnelles und einfaches Rezept. Egal ob im Wok oder Pfanne zubereitet, das asiatische Gericht schmeckt wunderbar.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 15 min

Koch/Backzeit: 15 min

Ruhezeit: 30 min

Gesamtzeit: 60 min



Zutaten

	500 g	Hühnerbrustfilets
	2 EL	Sojasauce
	1 Prise	Ingwerpulver
	200 g	Möhren
	200 g	Staudensellerie
	1 Bund	Frühlingszwiebeln
	1 Stk.	Paprika
	1 EL	Öl
	1 Dose	Ananas (250 g)
	1 Würfel	Gemüsebrühe
	100 ml	Tomatenmark
	2 EL	Saucenbinder
	2 EL	Balsamico-Essig
	Nach Belieben	Wasser
		Salz und Pfeffer nach Belieben

Zubereitung

1. Für das **Hähnchen süß-sauer** das Fleisch in kleine Würfel schneiden. Sojasauce und Ingwerpulver vermengen und etwa 30 Minuten marinieren.
2. Das Gemüse in kleine Stücke beziehungsweise Scheiben schneiden.

3. Das Öl in einem Wok oder Bratpfanne erhitzen und das Hühnerfleisch rundum anbraten. Herausnehmen und warm stellen.

4. Das Gemüse und Ananas unter Rühren andünsten und mit Ananassaft ablöschen, Tomatenmark einrühren und aufkochen lassen. Je nach Bedarf etwas Wasser angießen. Mit Saucenbinder andicken und mit Balsamico Essig, Salz und Pfeffer abschmecken. Das Hühnchen Fleisch hinzugeben und noch weiter 3-5 Minuten garen.

Tipp

Je nach Belieben das Hühnchen süß-sauer mit Cashewnüsse verfeinern und dazu gekochten Reis reichen.