

etwas verändert aus dem Chefkoch

Hähnchen in Orangensauce

4 Portionen

Zutaten

800 g Hähnchenbrust, 2 Eier, 1,5 Teelöffel Salz, 1 Teelöffel Pfeffer,
60 g Maismehl, 30 g Mehl,

für die Sauce

50 g frischer Ingwer, 3 Knoblauchzehe, 6 Frühlingszwiebeln, 3
Teelöffel Reiswein oder trockenen Sherry, 2 Esslöffel Öl, 8 Esslöffel
Sojasauce, 4 Esslöffel Wasser, 5 Esslöffel Zucker, 60 ml weißer Balsamico, 4 Orangen, 2 Esslöffel Saucenbinder,
eine kleine mittelscharfe Chilischote



Zubereitung

1. Salz, Pfeffer, Mehl und Maismehl mischen, darin die Eier aufschlagen und alles klümpchenfrei verrühren
2. Hähnchenbrust waschen, trocknen, dann vom Bindegewebe befreien und in kleine Stücke schneiden
3. die Hähnchenstücke in die Panade legen und dafür sorgen, daß sie gleichmäßig mit Panade benetzt sind
4. in einer hohen Pfanne etwa 1 cm Öl bis kurz vor den Rauchpunkt erhitzen und die Hähnchenstücke darin von beiden Seiten etwa 3 Minuten ausbacken bis sie mittelbraun sind (Achtung, heißes Öl schmerzt auf der Haut!)
5. die fertigen Hähnchenteile auf Küchenpapier auslegen, damit das Fett auslaufen kann und warmstellen

Sauce

6. die Orangen auspressen und den Saft mit der Sojasauce, dem Wasser, dem Zucker und dem Balsamico vermischen
7. Ingwer, Knoblauch und Chilischote sehr fein schneiden, Frühlingszwiebeln in dünne Ringe schneiden
8. in der Pfanne 2 Esslöffel Öl heiß werden lassen, Knoblauch, Ingwer und Chili zugeben und sofort mit Reiswein oder Sherry ablöschen
9. Frühlingszwiebeln und Orangensauce zugeben und alles kurz aufkochen
10. Saucenbinder kalt anrühren und nach Belieben unterrühren bis die Wunschkonsistenz erreicht ist.
11. nun die Hähnchenstücke zugeben und in der Sauce servieren

Zeitbedarf

45 Minuten

dazu paßt

Reis