



Chöcheler's General Tso's Chicken



General Tso Chicken ist in Amerika wohl das bekannteste asiatische Gericht. Das Rezept wird in fast jedem chinesischen Laden serviert. Nur in China kennt es keiner. Das Rezept entstand in Amerika und hat sich über die Jahre dem amerikanischen Gaumen angepasst. General Tso's Chicken ist ein beliebtes Hähnchengericht der chinesisch-amerikanischen Küche, dass man in vielen Restaurants und als Takeout findet.

Man kann es mit wenig Aufwand auch zu Hause nachkochen – und das tun wir jetzt!

Zutaten für General Tso's Chicken 4 Personen

4 Pouletbrüste

Marinade

4 EL	Sojasauce
4 EL	dunkles Sesamöl
3 EL	Mehl

Sauce

100 g	brauner Zucker
3 EL	Hoisin Sauce
3 EL	Reiswein
3 EL	Ketchup
2 EL	dunkle Sojasauce
120 ml	Wasser
2 TL	Maizena
2 EL	Ingwer, fein gehackt
2	Knoblauchzehen, fein gehackt
1/2	rote Chilischote, gehackt

Deko

2	Frühlingszwiebeln
2 EL	geröstete Sesamsamen



Die Hühnerbrust in Stücke schneiden und in Sojasauce und Sesamöl marinieren. In der Zwischenzeit die Zutaten für die Sauce (ausser Ingwer, Knoblauch und Chili) miteinander vermengen und beiseitestellen.



Die marinierte Pouletstücke wird mit Mehl paniert und das am besten einzeln, damit auch jedes Stück eine schöne Panade bekommt. Jetzt wir es direkt für ungefähr 3 Minuten in heißem Fett (Wok oder Fritteuse) frittiert und beiseitegestellt

Öl erhitzen und Ingwer, Knoblauch sowie Chili unter Rühren anbraten. Die Sauce dazugeben und zum Kochen bringen. Maizena mit etwas kaltem Wasser glattrühren und TL weise zur Sauce geben. bis die gewünschte Bindung entstanden ist. Die Pouletteile erneut zur Sauce geben und kurz durchschwenken und sofort mit Reis servieren. Als Deko Sesamsamen und das Grün der Frühlingszwiebeln verwenden.

Achtung Pouletstücke nicht zu lange in der Sauce lassen...sie verlieren sonst den «Crunch-Effekt»!