

Bunter, fernöstlicher Reissalat

- **Küche:** Asiatisch
- **Schwierigkeitsgrad:** Leicht
- **Portionen:** 4-5
- **Vorbereitungszeit:** 15m
- **Zubereitungszeit:** 10m
- **Fertig in** 25m

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '25', 'cook_time' : '10m', 'prep_time' : '15m', 'servings' : '4-5', 'yield' : " });
```

Appetitlich, lecker für jeden Tag

Zutaten

- 200 g schiere Hähnchenbrust
- 100 g frische Shitake Pilze
- 100 g frische Zuckerschoten
- 1 mittelgroße Möhre
- 100 g Paprikaschote, rot, grün, gelb
- 2 kleine Stangen Frühlingslauch
- 50 g Chaschew Kerne, geröstet
- 1/2 klein gewürfelte Chilischote
- 125 g Langkornreis
- Sambal Gewürze, Oelek, Badjack und Mannis nach eigenem Geschmack
- Etwas Soya Soße
- Etwas Essig
- Etwas Speisestärke/Mondamin
- Etwas Sesamöl zum Braten
- Salz, Pfeffer, Chili

Zubereitungsart

Schritt1

Die Vorbereitung:

Schritt2

Die Hähnchenbrust in Würfel oder dünne Scheiben schneiden.

Schritt3

Salzen, pfeffern und mit etwas Soja Soße, Sambal Oelek, Badjack und Mannis marinieren. Mit Speisestärke oder Mondamin versetzen, "ummanteln". In recht heißem kurz anbraten, (Wok oder Stielpfanne) herausnehmen.

Schritt4

Die in Streifen geschnittenen Shitake Pilze, den Frühlingslauch, den Paprika, die Zuckerschoten, die Chaschew Kerne und die besonders klein gewürfelte Chilischote in die gleiche Pfanne geben.

Schritt5

Alles zusammen 2 - 3 min. schwenken und mit etwas Soja Soße und einem "Spritzer" Essig ablöschen.

Schritt6

Den abgekochten Reis und das angebratene Hähnchenfleisch wieder dazu geben, nachschmecken.

Rezeptart: Salatrezepte **Tags:** fernöstlich, salate

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/bunter-fernoestlicher-reissalat/>