KIKKOMAN

Gebratenes Huhn mit Aubergine und Cashewkernen

Gesamtzeit **30 Min.** **20 Min.** Vorbereitungszeit **10 Min.** Kochzeit

Nährwertangaben (pro Portion):
3.043 kJ / 726 kcal

Fett: **43,5 g** Eiweiß: **37,3 g**
Kohlenhydrate: **42 g**

ZUTATEN

2 Portion(en)

250 g	Hühnerkeule ohne Knochen oder Hühnerbrustfilet, in Streifen
1	kleine Aubergine, in Streifen
1	rote Zwiebel, in Streifen
50 g	Shiitakepilze, geviertelt
0,5 Bund	Frühlingszwiebeln, in groben Ringen
2	Knoblauchzehen, in feinen Würfeln
15 g	Ingwer, in feinen Würfeln
5 EL	Bratöl
50 ml	Austernsauce
2 EL	Kikkoman natürlich gebraute Sojasauce
1 EL	Kikkoman geröstetes Sesamöl
50 g	geröstete Cashewkerne
0,5	Limette

Für das Topping:

3	Stiele Koriander, abgezupft
2	Frühlingszwiebeln, in feinen Ringen

ZUBEREITUNG

Schritt 1

Wasser im Wok zum Kochen bringen. Hühnerstreifen in das kochende Wasser geben und ca. 12 Minuten kochen. Anschließend in ein Sieb geben und abtropfen lassen. Den Wok spülen und trocken tupfen.

Schritt 2

3 EL Öl im Wok erhitzen und die Aubergine darin anbraten. Pilze zugeben und mitbraten. Frühlingszwiebeln und Zwiebel zufügen und kurz mitbraten. Das Gemüse herausnehmen.

Schritt 3

Restliches Öl in den Wok geben, das Huhn dazugeben, kräftig anbraten und herausnehmen.

Schritt 4

Knoblauch und Ingwer in den Wok geben und glasig braten. Huhn wieder zugeben und verrühren.

Schritt 5

Das Gemüse wieder dazugeben, zusammen kurz braten, mit Austernsauce, Kikkoman Sojasauce und Kikkoman Sesamöl verfeinern und gut verrühren.

Schritt 6

Die Hälfte der Cashewkerne unterheben. Den Saft der Limette über der Hühner-Gemüsemischung

auspressen.

Schritt 7

Das Gericht mit Koriander, restlichen Cashewkernen und Frühlingszwiebeln garnieren und servieren.