

Huhn süß-sauer (Gai Pad Prian Wan)

Zutaten (4 Personen):

- 400 g Hühnerbrustfilet
- 2 EL helle Sojasauce
- 1 Gemüsezwiebel
- 2 Tomaten
- 1/2 Gurke
- 1 rote Paprika
- 300 g gewürfelte Ananas (1 kleine Dose)
- 2 Knoblauchzehen
- 2 TL Speisestärke
- 4 EL Öl
- 4 EL Ketchup
- 3 EL Fischsauce
- 4 EL Zucker
- 3 EL Weißweinessig

Zubereitung:

Hühnerfleisch in Streifen schneiden und in der hellen Sojasauce einlegen. Gemüsezwiebel, Tomaten, Gurke und Paprika in ca. 1 x 1 cm große Würfel schneiden. Ananas abtropfen lassen, den Ananassaft auffangen. Knoblauch hacken. Speisestärke mit 3 Eßl Wasser glattrühren.

In einem Wok oder Pfanne 2 Eßl von dem Öl erhitzen und die Hühnerbrust unter Rühren anbraten. Die Hühnerbrust aus dem Wok nehmen und beiseite stellen.

Den Wok mit einem Küchentuch säubern und das restliche Öl hineingeben und erhitzen. Den Knoblauch goldgelb anbraten. Tomaten, Zwiebel, Gurke und Ananas dazugeben und ebenfalls unter Rühren braten. Ketchup, Fischsauce und den Ananassaft dazugeben und aufkochen. Essig und Zucker hinzugeben und abschmecken. Speisestärke untermischen und alles kurz aufkochen lassen. Zum Schluß das Hühnerfleisch in die Sauce geben und umrühren.

Quelle:

<http://www.leckerbisschen.de/>