

Gebratener Reis mit Hähnchenbrust und Krabben



Zutaten (4 Personen):

- 4 Hähnchenbrüste
- 1 l Wasser
- 8 Nelken
- 1 EL Salz
- 1/2 TL weißer Pfeffer
- 2 Bund Frühlingszwiebeln
- 1/2 rote Paprika
- 500 g TK-Krabben
- 1 Tasse TK-ErbSEN
- 3 Scheiben gekochter Schinken
- 2 Tassen Jasminreis
- 4-6 Eier (je nach Größe)

Für die Würzpaste:

- 3 Knoblauchzehen
- 1 Stück Ingwer (ca. 3-4 cm)
- 3 TL Garnelenpaste mit Chili
- 1 TL Kreuzkümmel
- 1/2 TL Korianderpulver
- 1 TL brauner Zucker
- 1 Prise Salz
- etwas Zitronensaft

Garnitur:

- 3 hart gekochte Eier
- 1 Salatgurke

Zubereitung:

Die Hähnchenbrüste in 1 l Wasser mit 1 EL Salz, 1/2 TL weißem Pfeffer, 8 Gewürznelken und dem zerkleinerten dunklen Grün der Frühlingszwiebeln zum Kochen bringen. Mit geschlossenem Topfdeckel bei reduzierter Hitze köcheln lassen, bis das Fleisch gar ist (ca. 30 Minuten). Die Brühe durch ein Sieb geben und auffangen, das Fleisch abkühlen lassen und in mundgerechte Stücke schneiden.

Knoblauch und Ingwer schälen und klein würfeln. Mit Garnelenpaste, Kreuzkümmel, Koriander, Zucker, Zitronensaft und einer Prise Salz im Mörser vermischen und zerstampfen.

Den Reis in 3 Tassen der aufgefangenen Brühe garen und auskühlen lassen. Gelegentlich etwas auflockern, damit er nicht zu sehr zusammenklebt. Inzwischen die Paprika putzen und in kleine Würfelchen schneiden, die Frühlingszwiebeln rüsten und in nicht zu kleine Ringe sowie den gekochten Schinken in Rauten schneiden. Die Eier miteinander verrühren.

Etwas Öl in einem Wok erhitzen und die aufgetauten Krabben unter Rühren anbraten. Das gewürfelte Hähnchenfleisch dazu geben und unter ständigem Rühren braten, bis es leicht braun geworden ist. Die Eier zu Krabben und Fleisch geben und stocken lassen, dann den gekochten Schinken, die Würzpaste und das Gemüse hinzufügen und bissfest garen (ständiges Rühren nicht vergessen!).

Mit Eiern und Gurke garniert auf einer ovalen Schale anrichten und sofort servieren. Wer mag, kann mit etwas süßer Sojasauce (Ketjab Manis) nachwürzen.

Quelle:

Aus der Kombination etlicher indonesischer Rezepte entwickelte "Eigenkreation".