

Hähnchenbrust mit Mandarinen und Ingwer in Tomaten-Sauce und Hsing-Fu-Nudeln



Hähnchenbrust mit Pasta

Bei diesem Gericht habe ich experimentiert. Zum einen bei der Hähnchenbrust zusammen mit Mandarinen. Aber auch beim Ingwer, der dazu passt.

Ebenso bei den Gewürzen, denn ich gebe Thai-Curry, scharfes Bih-Jolokia-Pulver und dunkle Soja-Sauce dazu.

Die Pasta gebe ich zu der Sauce mit Hähnchenbrust, Mandarinen und Ingwer, denn die Sauce wartet auf die Pasta und nicht umgekehrt.

Zutaten für 2 Personen:

- 1 Hähnchenbrust
- 1 Schalotte
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Lauchzwiebel
- 40 g Ingwer
- 135 g Mandarinen (Dose)
- 240 g gestückelte Tomaten (Dose)
- 1 EL Thai-Curry
- 1 Msp. Bih-Jolokia-Pulver
- 1 EL dunkle Soja-Sauce
- Salz
- Pfeffer
- Butter
- 125 g Hsing-Fu-Nudeln

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 30 Min.

Schalotte, Knoblauchzehen und Ingwer schälen und kleinschneiden. Lauchzwiebel putzen und quer in Scheiben schneiden. Hähnchenbrust in grobe Stücke zerteilen. Mandarinen halbieren. Petersilie kleinwiegen.

Butter in einen kleinen Topf geben und Schalotte, Knoblauch, Lauchzwiebel, Ingwer und Hähnchenbrust darin anbraten. Mandarinen dazugeben. Tomaten hinzugeben. Mit Thai-Curry, Bih-Jolokia-Pulver und Soja-Sauce würzen. Alles verrühren und zugedeckt bei geringer Temperatur 30 Minuten köcheln lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen und abschmecken.

10 Minuten vor Ende der Garzeit Pasta nach Anleitung zubereiten.

Pasta in die Sauce geben und alles gut vermischen. Alles in einen tiefen Pastateller geben, mit Petersilie garnieren und servieren.