

Pute, Gemüse, Reis-Nudeln und Hoisin-Sauce



Im Wok

Das letzte Rezept im Rahmen meiner Asien-Woche.

Dieses Mal mit Putenfleisch. Und einer Menge an Gemüse.

Als Beilage hatte ich dieses Mal eine besondere Art von Reis-Nudeln, die in Tagliatelle-Art hergestellt waren, sehr lecker waren und sehr gut schmeckten.

Für die Sauce habe ich Hoisin-Sauce verwendet, die normalerweise zu Ente verwendet wird, aber eben auch zu anderem Geflügel gut passt, wie hier zu dem Putenfleisch.

[amd-zlrecipe-recipe:745]

Tofu, Champignons, Chinakohl und Jasmin-Reis

Ein vegetarisches Gericht. Und gleichzeitig ein asiatisches Gericht. Das ich selbst kreierte habe. Aber in der einen oder anderen Variation sicherlich auch in einem China-Restaurant zu bekommen ist.

Als Hauptzutat verwende ich gewürzten Tofu, den ich in kleine Stücke schneide.

Dazu als weitere Zutaten weiße Champignons und Chinakohl.

Die Sauce bilde ich aus Hoisin- und Fisch-Sauce.

Und als Beilage gibt es dieses Mal, als Variante zu Mi-Nudeln oder Basmati-Reis, knackigen und nussigen Jasmin-Reis.

[amd-zlrecipe-recipe:544]

Putenfleisch mit Pilzen und Stangensellerie in Hoisin-Sauce

Ich hatte noch Putenfleisch übrig. Da bot es sich doch an, zusammen mit etwas Gemüse und Pilzen ein schönes, leicht asiatisch anmutendes Gericht zuzubereiten.

Für das Gemüse wählte ich Stangensellerie. Dazu kommen noch

Pfifferlinge und Champignons.

Die Sauce bilde ich aus Fisch-Sauce und Hoisin-Sauce. Hoisin-Sauce wird eigentlich vorwiegend für Enten-Gerichte verwendet, man kann sie aber auch gut für anderes Geflügel aller Art verwenden.

Dazu gibt es als Beilage Basmati-Reis.

[amd-zlrecipe-recipe:432]

Schweinefleisch mit Champignons und Zwiebeln in Hoisin-Sauce und Reis

Hier ein asiatisches Gericht, für das ich Schweine-Nackensteaks verwende.

Dazu als weitere Zutaten Champignons und Zwiebeln.

Die Sauce bilde ich aus Hoisin-Sauce, die normalerweise für die Zubereitung Ente verwendet wird. Aber man kann sie auch für Schweinefleisch verwenden.

Dazu als Beilage Langkorn-Reis.

[amd-zlrecipe-recipe:389]

Hähnchenbrustfilet mit Gemüse in Hoisin-Sauce mit Reis

Ein Gericht mit Hähnchenbrustfilet. Dazu einige Gemüsesorten.

Ich bereite das Gericht im Wok zu. Somit ist es eigentlich ein asiatisches Gericht. Denn ich wähle für die Sauce auch eine asiatische Sauce. Hoisin-Sauce verwendet man normalerweise für Ente. Da es sich bei dem Hähnchenbrustfilet aber auch um Geflügel handelt, passt diese Sauce auch dazu.

Aber ich serviere das Gericht dennoch nicht in Schalen mit Stäbchen, sondern in zwei tiefen Tellern, denn das Gericht hat sehr viel Sauce. Gegessen wird mit Löffeln.

[amd-zlrecipe-recipe:193]

Hähnchenlebern mit Gemüse und Bratreis asiatisch



Schmackhafte China-Pfanne

Dass ich Hähnchenlebern gerne asiatisch zubereite, ist vermutlich bekannt. Diesmal wähle ich eine neue Variante und bereite sie mit einer Hoisin-Sauce zu. Hoisin-Sauce ist eigentlich die Standard-Sauce für die Zubereitung von Entenbrust, man kann aber auch Hähnchenlebern damit zubereiten.

Als weitere Zutaten wähle ich vier Gemüsesorten, Paprika, Schalotte, Lauchzwiebel und Knoblauch.

Das Basmatireis bereite ich als Bratreis zu.

Zutaten für 2 Personen:

- 400 g Hähnchenlebern
- 2 Paprika
- 4 Lauchzwiebeln
- 4 Knoblauchzehen
- 1 Tasse Basmatireis
- 4 EL Hoisin-Sauce

- Salz
- Pfeffer
- Öl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 15 Min.

Paprika und Lauchzwiebel putzen und grob zerkleinern. Schalotte und Knoblauchzehen schälen und ebenfalls grob zerkleinern. Hähnchenlebern von Fett befreien und auch grob zerkleinern.

Reis nach Anleitung zubereiten.

Öl in einem Wok erhitzen, Reis hineingeben und einige Minuten anbraten. Reis herausnehmen, auf einen Teller geben und wsrhalten.

Nochmals Öl in den Wok geben, Lebern und Gemüse hineingeben und einige Minuten pfannenrühren. Hoisin-Sauce dazugeben. Einen Schuss Wasser hinzugeben. Alles verrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen und abschmecken.

Reis in eine Schale geben, Lebern und Gemüse mit Sauce darüber geben und mit Stäbchen servieren.

Hähnchenlebern mit Paprika in Hoision-Sauce und Reis



Lebern, Paprika und Sauce

Ich hatte überlegt, mit welcher Sauce ich die Hähnchenlebern zubereiten könnte. Ich dachte dabei an Hoisin-Sauce, obwohl diese traditionell eher für Entenbrust verwendet wird. Aber da ich auch Rezepte mit Garnelen mit Hoisin-Sauce fand, sollte man mit dieser Sauce auch gut Hähnchenlebern zubereiten können.

Diese würzig-süße Sauce wird aus Süßkartoffeln, Sojabohnen und Sesamsaat hergestellt. Mein Rat: Auch wenn dies eine fertige Sauce ist, dennoch das Gericht nach dem Pfannenrühren kräftig mit Salz und Pfeffer würzen und abschmecken.

Eine rote Jalapeño sorgt für etwas Schärfe.

Die Hähnchenlebern sind sehr zart, da sie nur kurz pfannengerührt werden.

Zutaten für 1 Person:

- 175 g Hähnchenlebern
- 1 Schalotte
- 2 Knoblauchzehen

- 1 rote Jalapeño
- 1 rote Paprika
- 2 EL Hoisin-Sauce
- $\frac{1}{2}$ Tasse Wasser
- 1 Tasse Reis
- Öl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 15 Min. | Garzeit 10 Min.

Schalotte und Knoblauchzehen schälen und kleinschneiden. Jalapeño putzen und in Ringe schneiden. Paprika putzen und in grobe Stücke schneiden. Lebern vom Fett befreien und grob zerkleinern.

Reis nach Anleitung zubereiten.

Währenddessen Öl in einem Wok erhitzen. Schalotte, Knoblauch und Jalapeño hineingeben und kurz pfannenrühren. Paprika dazugeben und einige Minuten pfannenrühren. Dann Lebern dazugeben und nur noch kurz pfannenrühren. Hoisin-Sauce dazugeben und verrühren. Wasser dazugeben. Kräftig mit Salz und Pfeffer würzen. Alles verrühren und etwas köcheln lassen. Sauce abschmecken.

Reis in eine Schale geben. Lebern, Paprika und Sauce darüber geben und servieren.