



Hähnchen-Zuckerschoten-Bowl

Rezept-Info:

Personenzahl:	4 Stück
Menü:	Hauptgericht
Zubereitungszeit:	35 Minuten
Schwierigkeitsgrad:	mittel

Zutaten:

500 g	Hähnchenbrust (küchenfertig)	100 ml	Teriyaki-Sauce
200 g	Zuckerschoten	100 ml	Hühnerbrühe
1	Chilischote	2	Frühlingszwiebeln
1	Knoblauchzehe	1	Kleiner Bund Koriander
1	Stück Ingwer (3 cm)	4 EL	Öl
200 g	Glasnudeln		Salz und Pfeffer

Zubereitung:

In der Küche: Glasnudeln nach Packungsangabe vorbereiten. Die Hähnchenbrust in Streifen schneiden. Die Zuckerschoten putzen und waschen. Chilischote, Knoblauch und Ingwer schälen bzw. putzen und fein würfeln. Mit der Teriyaki-Sauce und der Brühe verrühren. Die Frühlingszwiebeln putzen, waschen und in feine Ringe schneiden. Den Koriander waschen, abzupfen und grob hacken.

Am Grill: Den Grill für direkte Hitze (220°C) mit dem GBS-Wok vorbereiten. 2 EL Öl im Wok erhitzen und die Zuckerschoten darin kurz anbraten, danach rausnehmen und beiseite stellen. Das restliche Öl in den Wok geben und die Hähnchenstreifen anbraten, mit der angerührten Flüssigkeit ablöschen und etwa 5 Min. leise köcheln lassen. Zuckerschoten und Glasnudeln hinzufügen, heiß werden lassen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Zum Schluss die Frühlingszwiebeln unterrühren und mit dem Koriander bestreuen.