



Sehen · Probieren · Genießen
Schaalgasse 18, Solothurn



Asiatisches Pouletgeschnetzeltes

Zutaten für 4 Personen:

500 g geschnetzeltes Pouletfleisch
2 El [Waldburg Balsam Mango](#)
1 El Sojasauce
Asiatische Würzmischung
[VOM FASS Sesamöl](#) aus gerösteter Saat

600 g Gemüse, klein geschnitten,
z.B. Zucchetti, Peperoni, Lauch, Rüebl, Broccoli
250 g Sojasprossen

2.5dl Kokosnussmilch
1dl Hühnerbouillon

Pouletfleisch mit Haushaltspapier trocknen
Fleisch mit [Waldburg Balsam Mango](#), Sojasauce, Asiatische Würzmischung (Curry) mischen, ca. ½ Stunde marinieren.

2-3 El Sesamöl im Wok erhitzen, Fleisch unter Rühren anbraten, herausnehmen. Gemüse ebenfalls anbraten. Fleisch zum Gemüse geben und mit der Kokosnussmilch ablöschen. Hühnerbouillon dazugeben. Hitze reduzieren, ca. 10 Minuten köcheln.
Während des köchelns mit [Mangobalsam](#), Salz, Pfeffer, Asiatische Würzmischung (evtl. Thai Paste) nachwürzen.

Dieses Rezept kann ganz individuell gewürzt werden.
Manchmal nehme ich auch noch Mango-Chutney dazu.

Dazu passen: Basmati Reis, parfumed Reis, Nudeln

