

Kochen mit Klaus

Leicht & Lecker!

Huhn mit Ingwer-Orangen-Sauce

Zutaten: (Für 4 Personen)

- 500 g Hähnchen-Innenfilet, 3 Knobizehen, 30 g frischer Ingwer,
- Pfeffer, Salz, 400 ml Blutorangensaft, Petersilie, Schnittlauch,
- Chilifäden

Zubereitung:

1. Gemüse putzen. Ingwer u. Knobi fein würfeln oder hacken. Huhn in Streifen schneiden.



2. In einer beschichteten Pfanne Orangensaft, Ingwer u. Knoblauch fettfrei erhitzen. Sobald die Sauce kocht das Huhn zugeben u. ca. 10-12 Min. einkochen.



3. Mit Salz u. Pfeffer würzen. Kräuter einrühren. Das Geschnetzelte mit Chilifäden garniert zur Beilage auf Tellern anrichten.



Tipps des Chaoten: Dazu Baguette und einen Salat reichen.



Erstellt von Klaus am 13.10.2018