



Esst und trinkt, aber seid nicht maßlos! (Araf 31)
Banu Atabay's Müttevazi Lezzetler® Kochrezepte

Hühnerfleisch mit Sojasosse

Soya Soslu Tavuk



½ kg Hühnerfleisch ohne Knochen
2 Teegläser Weizenstärke
½ Teeglas Sojasosse
1 Teeglas Öl
1 mittel grosse Knoblauchkneuel
½ KL Salz

Das Hühnerfleisch klein würfeln und in eine grosse tiefe Schale einfüllen. Weizenstärke hinzugeben und gut vermischen und danach die Hälfte des Sojasosse und des Öl hinzugeben.

Das Hühnerfleisch in diese Mischung für 15-20 Minuten einlegen. Knoblauch schälen und klein hacken.

Die Restmenge des Öls in einer Teflonpfanne erhitzen und die gehackten Knoblauchzehen hinzugeben und einige Male umrühren.

Wenn die Farbe der Knoblauch sich verändert, dann das Fleisch, das in der Sojasauce eingelegt ist, hinzugeben. Bei hoher Stufe das Fleisch unter stetigem Umrühren 15-20 Minuten anbraten. (Wenn es nicht bei hoher Stufe gebraten wird, dann gibt es die Eigenflüssigkeit ab und der Geschmack kann sich nicht so gut entfalten).

Kurz bevor man es vom Herd nimmt Salz einstreuen und umrühren anschliessend vom Herd nehmen.

Man kann es je nach Wunsch mit einer beliebigen Garnitur heiss serviert werden.

Tipp: Da die Sojasosse salzhaltig ist, sollte beim Einstreuen des Salzes vorsichtig sein.