

# Spargel à la chinoise mit Hähnchen-Brust und Duft-Reis

## Für zwei Personen

125 g Hähnchenbrust	100 g Duftreis	100 g grüner Spargel
100 g weißer Spargel	1 Frühlingszwiebel	2 Knoblauchzehen
50 g Ingwerwurzel	0,5 Bund frischer Koriander	1 TL Zucker
1 TL Speisestärke	2 EL Geflügelfond	2 EL Reiswein
1 EL Sojasauce	1 TL Sesamöl	Rapsöl, Salz, Pfeffer

Den Reis in einer ausreichenden Menge Salzwasser gar ziehen lassen. Die Hähnchenbrust waschen, trockentupfen und in circa ein Zentimeter kleine Würfel schneiden. Die Würfel anschließend mit der Speisestärke, der Sojasauce und dem Sesamöl mischen. Den weißen Spargel dünn schälen und schräg in circa drei Zentimeter lange Stücke schneiden. Von dem grünen Spargel die holzigen Enden abschneiden und ebenfalls schräg in circa drei Zentimeter lange Stücke schneiden. Die Frühlingszwiebel putzen, waschen und in kleine Ringe schneiden. Den Ingwer dünn schälen und in feine Streifen schneiden. Die Knoblauchzehen abziehen und fein hacken. Das Rapsöl im Wok erhitzen und zuerst das Fleisch darin scharf anbraten. Mit Salz, Pfeffer und Zucker würzen. Die Spargelstücke sowie den Ingwer, den Knoblauch und die Frühlingszwiebel zufügen und mit braten. Anschließend mit dem Zucker würzen und circa zwei Minuten braten lassen. Die Sojasauce, den Geflügelfond und den Reiswein zufügen und nochmals abschmecken. Das Koriandergrün waschen, trockentupfen und fein hacken. Die Hähnchenbrust zusammen mit dem Spargel und dem Duftreis auf einem Teller anrichten. Das Koriandergrün darüber streuen und servieren.

Susanne Bern am 15. Mai 2013