

Hähnchen-Brust alla Peking-Ente

Für 2 Portionen:

100 g Mehl	1 TL Sesamöl	2 Hähnchenbrustfilets
3 - 4 EL Bratöl	1 Prise Gewürzsalz	0,5 Gurke
1 Stück Lauch	1 kleine Flocke Butter	1 Prise Wokgewürz
4 EL Hoisin Sauce		

Für die Pfannkuchen Mehl mit 175 ml kaltem Wasser und Würzöl Sesam zu einem glatten Teig verrühren und ca. 15 Minuten ruhen lassen.

In der Zwischenzeit die Hähnchenbrustfilets längs halbieren oder dritteln und die dünnen Scheiben anschließend in feine Streifen schneiden. 2-3 EL Bratöl in einer Pfanne erhitzen und die Hähnchenstreifen darin scharf rösten. Mit Gewürzsalz würzen und alles weiterbraten.

Währenddessen die Gurke längs von allen Seiten bis zum Fruchtfleisch in dünne Scheiben schneiden und die Gurkenscheiben anschließend in feine Stifte teilen. Das Stück Lauch ebenfalls längs halbieren, leicht auffächern, den inneren Teil mit der Wurzel herausnehmen und den Lauch in dünne Streifen schneiden.

Butter zum Hähnchen in die Pfanne geben und das Fleisch mit Wokgewürz würzen. Hähnchen weiter anrösten, bis sich intensive Röstaromen entwickeln. Dann das Hähnchen aus der Pfanne nehmen und auf einen Teller geben. Gurke und Lauch danebenlegen.

Eine Pfanne mit etwas Öl auspinseln und den Teig portionsweise in die Pfanne geben. Den Teig gleichmäßig verteilen, sodass ein dünner Pfannkuchen entsteht. Den Pfannkuchen kurz von beiden Seiten anbraten, bis er leicht gebräunt ist. Herausnehmen, abkühlen lassen und die nächsten Pfannkuchen auf die gleiche Weise zubereiten.

Jeweils etwas Gurken- und Lauchstreifen auf einer Hälfte der Pfannkuchen verteilen, jeweils etwas von den gebratenen Hähnchenstreifen daraufgeben, dann jeweils etwas Hoisin Sauce darübergeben und die Pfannkuchen anschließend zusammenrollen und in der Mitte halbieren.

Steffen Henssler am 12. September 2024