

# Chicken Saté mit Reis und Karotten (1)

In einem asiatischen Restaurant in Berlin hatte ich zum ersten Mal Chicken Saté. Seither liebe ich diese Mahlzeit, weswegen sie hier als Rezept nicht fehlen darf.

## Zutaten



## Resultat



Rezept 

# Chicken Saté (2)

## Zutaten Saté und Erdnussause

400g Poulet Brust  
Knoblauchzehen  
Mittelgrosse Zwiebel  
2 EL Limettensaft  
4 EL Sojasauce  
400ml ungesüsste Kokosmilch  
2 EL Erdnussbutter  
1-2 TL Honig  
2 EL Erdnussöl  
1 EL Sama Oelek  
Salz

## Zubereitung Chicken Saté

### Marinade

Sojasauce, Honig und gepresster Knoblauch vermischen

### Pouletbrust

Pouletbrust in Streifen schneiden

Pouletbruststreifen ca. 15 min marinieren

Pouletstreifen in zwei Portionen anbraten (ca. 6 min)

Gebratene Pouletstreifen in 100 °C vergewärmten Backofen nachgaren

### Reis

Basmatireis mit kaltem Wasser auswaschen bis Wasser klar wird

Reis in Pfanne schütten und mit fingerdick Wasser über Reis füllen

Wasser zum kochen bringen, wenn Reis kleine Krater/Vulkane bildet, Hitze zurücknehmen, Pfanne bedecken und 12 min weiterkochen.

### Karotten

Karotten in Stücke schneiden

Zucker karamellisieren

Mit Kohlensäurewasser ablöschen

Etwas Butter dazugeben

Mit Salz und Bouillonpulver abschmecken

Karottenstücke dünsten

Mit Pfeffer abschmecken



# Chicken Saté (3)

## Zubereitung Huhn und Sauce



Honig, Sojasauce und Knoblauch  
inzufügen



Marinade anrühren



Hühnchen in Streifen schneiden



Hühnchen marinieren



Zwiebel klein schneiden



Hühnchen anbraten



Zwiebel dünsten





# Chicken Saté (4)

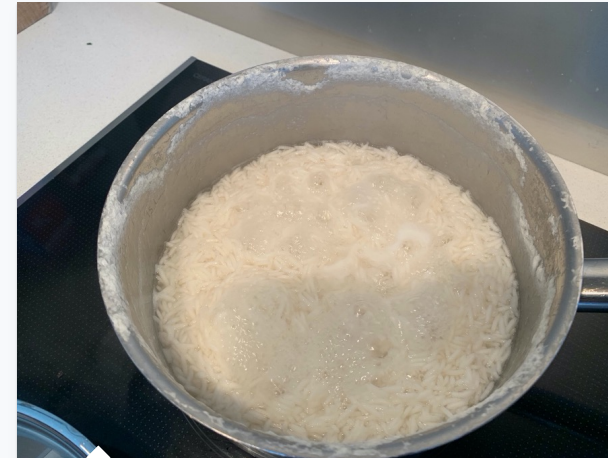
## Zubereitung Reis und Karotten



Reis waschen



Reis kochen



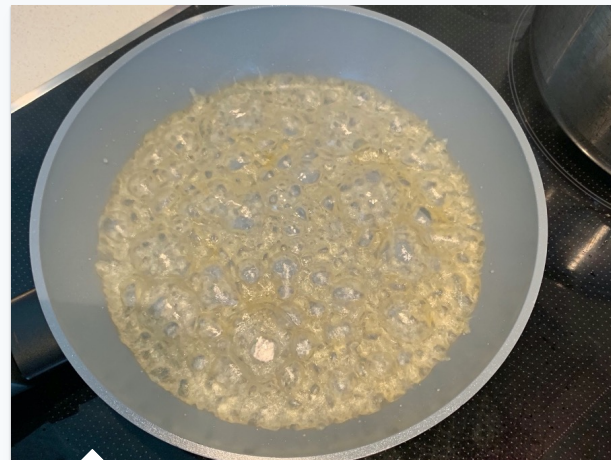
Hitze reduzieren und zudecken



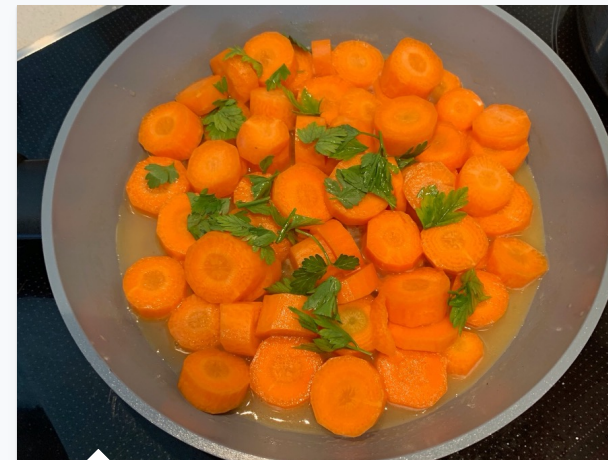
Karotten schneiden



Zucker karamellisieren



Karamel mit Sodawasser abschrecken



Karotten dünsten



Beilagen Anrichten