

Kimchi Chicken

Zutaten

(für 4 Personen):

8 Hähnchenoberkeulen (ausgelöst)
250 g Kimchi mit Lake
3 EL Sojasauce
2 EL Honig
2 TL Knoblauchpulver
2 EL Sambal Oelek
1 Zitrone
250 g Reis
Koriander
Sesam



Nährwerte:

Pro Portion ca. 796 kcal, 34 g Fett, 58 g Kohlenhydrate, 57 g Eiweiß

Zubereitungszeit:

circa 25 Minuten (ohne Zeit zum Marinieren)

Kimchi Chicken

Zubereitung:

1. Für die Marinade 100 g Kimchi mit Lake, Sojasauce, Honig, Knoblauchpulver, Sambal Oelek und Zitronensaft pürieren.
2. Als nächstes die Hähnchenoberkeulen mindestens 1 Stunde in der Kimchi-Marinade im Kühlschrank marinieren. Den Reis garen.
3. Dann die Kimchi-Hähnchen von allen Seiten jeweils 5 bis 7 Minuten scharf anbraten.



Kimchi Chicken

4. Zum Schluss die Kimchi-Hähnchen auf dem Reis anrichten und mit restlichem Kimchi, Koriander und Sesam genießen.



Einkaufstipp

Heimische, nachhaltige und nach hohen Standards erzeugte Lebensmittel sind dir wichtig? Dann achte beim Einkauf von Geflügelfleisch auf die „D“s auf der Verpackung: diese garantieren dir Geflügelfleisch aus Deutschland.

Weitere Informationen rund um Geflügelfleisch aus Deutschland sowie viele leckere Rezepte finden Sie auf **www.deutsches-gefluegel.de**