

# Menu

## Cashew-Hähnchen mit Honig-Soja-Glasur

### Zutaten (für 4 Pers.)

#### Hähnchen

- 650 g Hähnchenbrust, in sehr dünne Streifen geschnitten
- 1 EL dunkle Sojasauce
- 1 TL weißer Pfeffer
- 2 gehäufte EL Speisestärke
- 1 Handvoll Cashewkerne

#### Gemüse

- 1 Zwiebel, in grobe Stücke geschnitten
- 1 rote Paprika, in Stücke geschnitten
- 1 grüne Paprika, in Stücke geschnitten
- 1 daumengroßes Stück Ingwer, fein gehackt
- 2 große Knoblauchzehen, fein gehackt

#### Für die Glasur

- 2 EL dunkle Sojasauce
- 2 EL helle Sojasauce
- 1 EL Honig
- 1 EL Reisessig
- 1 TL Fischsauce

#### Optional zum Servieren

- Frühlingszwiebeln
- Sesamsamen
- Reis nach Wahl

# Zubereitung

## 1. Gemüse vorbereiten

Alles schneiden. Für die Glasur alle Zutaten in einer kleinen Schüssel oder einem Glas gut verrühren und beiseitestellen.

## 2. Cashews rösten

Etwas neutrales Öl in einer großen Pfanne oder einem Wok stark erhitzen. Cashewkerne 2–3 Minuten unter häufigem Wenden rösten, bis sie goldbraun sind. Herausnehmen und beiseitestellen.

## 3. Hähnchen anbraten

Bei Bedarf etwas neues Öl in die Pfanne geben. Hähnchenstreifen hineingeben und beim Braten mit einer Zange trennen, falls sie zusammenkleben.

Etwa 5–6 Minuten braten, bis sie goldbraun und durchgegart sind. Aus der Pfanne nehmen.

## 4. Gemüse braten

Noch etwas Öl in die Pfanne geben. Zwiebel 2–3 Minuten anbraten, bis sie weich wird. Paprika und Ingwer dazugeben und 4–5 Minuten pfannenrühren. Dann den Knoblauch hinzufügen und 30 Sekunden mitbraten.

## 5. Alles kombinieren

Hähnchen und Cashews zurück in die Pfanne geben. Die Glasur darüber gießen und alles gut vermengen. Kurz köcheln lassen, bis die Sauce leicht eindickt und alles glänzend überzieht.

## 6. Servieren

Mit Reis servieren und optional mit Frühlingszwiebeln und Sesam bestreuen.