

Johann Lafer | Hähnchen in Kokos-Zitronengras-Sud aus dem Schnellkochtopf mit Sesam-Reis

Zutaten für 4 Personen:

- 4 Hähnchenkeulen à 250 g
- 12 Shiitake
- 3 Knoblauchzehen
- 1 Möhre
- 1 Kaffir-Limettenblatt
- 1 rote Chilischote
- 3 Stängel Zitronengras
- 8 Korianderstiele
- 10 g Ingwer
- 60 g Zuckerschoten
- 5 EL Sesamöl
- 2 EL Olivenöl
- 500 ml Geflügelfond
- 250 ml Kokosmilch
- 200 g Sahne
- Saft 1/2 Limette
- 2 EL Sojasauce
- 3 EL Sweet-Chili-Sauce
- 100 g Basmati-Reis
- 1 EL helle Sesamsamen
- 1 EL dunkle Sesamsamen
- Salz
- Pfeffer

Zubereitung:

Hähnchenkeulen waschen, trocken tupfen und am Gelenk halbieren. Mit Salz und Pfeffer würzen. Ingwer schälen und in Scheiben schneiden. Knoblauch schälen und halbieren. Chilischote der Länge nach halbieren, entkernen und waschen. Vom Zitronengras die äußeren Blätter und die obere, trockene Hälfte entfernen. Die untere weiße Hälfte etwas flach klopfen.

In einem Schnellkochtopf 3 EL Sesamöl und das Olivenöl erhitzen. Die Hähnchenteile darin rundum anbraten. Ingwer, Knoblauch, Chili und Zitronengras dazugeben und kurz mitbraten. Mit der Hälfte des Fonds ablöschen. Koriander und Kaffir-Limettenblatt waschen und trocken tupfen. 4 Korianderstiele, Limettenblatt, Limettensaft, Kokosmilch und Sahne zum Fleisch geben. Mit Sojasauce und Sweet-Chili-Sauce pikant abschmecken.

Den Schnellkochtopf mit einem Deckel verschließen. Den Inhalt aufkochen lassen. Wenn der 1. Ring erscheint, die Hähnchenteile bei schwacher Hitze 8 – 10 Minuten fertig garen. Die fertigen Hähnchenteile aus dem Sud nehmen, die Haut entfernen, das Fleisch vom Knochen lösen und klein schneiden.

Den Reis unter fließendem kaltem Wasser abspülen. Mit dem restlichen Fond und 1 Prise Salz im Reiskocher bissfest garen. Oder den Reis mit dem Fond in einem Topf zum Kochen bringen, die Hitze reduzieren und den Reis 15 – 20 Minuten quellen lassen.

Die Zuckerschoten putzen, waschen und der Länge nach halbieren. Die Möhre putzen, schälen und in feine Streifen schneiden. Die Pilze putzen, trocken abreiben und je nach Größe halbieren oder vierteln. 1 EL Sesamöl in einer Pfanne erhitzen und das Gemüse darin andünsten.

Den Kokos-Sud durch ein Sieb in einen Topf gießen und mit dem Stabmixer aufschlagen. Von den restlichen Korianderstielen die Blätter abzupfen. Mit dem Hähnchenfleisch und Gemüse zum Kokos-Sud geben und alles kurz erwärmen.

Die Sesamsamen in einer beschichteten Pfanne ohne Fett anrösten, unter den fertig gegarten Reis mischen und den Reis mit dem restlichen Sesamöl verfeinern.

Das Hähnchen im Kokos-Zitronengras-Sud mit dem Reis auf Tellern anrichten und nach Belieben mit Koriander garnieren.

Rezept: Johann Lafer

Quelle: Lafer! Lichter! Lecker! vom 01.03.2008

Prominente Gäste: Estefania Küster & Christian Wolff