

Huhn mit Mais und Cashewnüssen

Zutaten für 4 Personen

- 400 g Hühnerbrust
- 3 frische Maiskolben
- 4 Frühlingszwiebeln
- 2 Knoblauchzehen
- 250 g Champignons
- 50 g geröstete Cashewnüsse
- Butterschmalz, Salz, Pfeffer, Sojasauce, Pflanzenöl

Zubereitung

Die Maiskolben ohne Blätter kurz waschen und in gesalzenem Wasser 20 Minuten köcheln, dann mit kaltem Wasser abschrecken und abkühlen lassen.

Mit einem großen stabilen Messer die Maiskörner senkrecht von den Kolben herunterschneiden.

Die geputzten Frühlingszwiebeln in etwa 1 cm breite Ringe schneiden, Knoblauch fein hacken, geputzte Champignons klein würfeln.

Die Cashew-Nüsse grob hacken.

Das Hühnerfleisch in kleine Stücke schneiden, in Butterschmalz bei niedriger Hitze hellbraun braten, dabei salzen, pfeffern und mit etwas Sojasauce würzen.

Aus der Pfanne nehmen und mit etwas frischem Butterschmalz darin die Frühlingszwiebeln mit dem Knoblauch glasig dünsten.

Dann die Champignons einrühren und bei höherer Hitze dünsten bis sich etwas Flüssigkeit bildet.

Nun die Maiskörner und die Cashew-Nüsse zufügen, noch einmal mit etwas Sojasauce würzen und 5 Minuten offen dünsten.

Zum Schluss das Hühnerfleisch untermischen, alles noch einmal vorsichtig heiß werden lassen und mit Reis servieren.

Guten Appetit!

Rezept: Helmut Gote