

Die Asiatische Küche! Rezept/Foto: *deutsches-gefluegel.de*
ESSEN & TRINKEN *liveMagazin* Jan-Feb 2016

Nasi Goreng mit Putenbrust und Duftreis

Zutaten (für 4 Personen):

400 g Putenbrust, 200 g Duftreis, 1 Knoblauchzehe, 1 Stange Zitronengras, 2 Kaffir Limettenblätter, 1 Zucchini, 2 Stangen Staudensellerie, 1 rote Paprikaschote, 1 Möhre, 2 Eier, 4 EL Rapsöl, 1 TL Currypulver, 4-5 EL helle Sojasoße, 2 EL Austernsoße, Salz und Pfeffer aus der Mühle, 1 Bund Petersilie



Zubereitung:

Duftreis nach Packungsangabe garen und auskühlen lassen. Knoblauch schälen und fein hacken. Zitronengras von der äußeren Schicht befreien und den Stängel fein hacken. Die Kaffir Limettenblätter in sehr feine Streifen schneiden. Zucchini und Staudensellerie waschen und putzen. Zucchini längs halbieren und in Streifen schneiden. Selleriestangen in Scheiben schneiden. Paprikaschote und Möhre putzen, halbieren und ebenfalls in Streifen schneiden. Die Putenbrust in etwa 1 cm große Streifen schneiden. Die Eier verquirlen. Öl in einem Wok erhitzen, Knoblauch, Zitronengras und Kaffir Limettenblätter dazugeben und 1-2 Min. anbraten. Das Gemüse hinzufügen und bei mittlerer Hitze unter Rühren etwa 5 Min. braten, sodass es bissfest ist. Das Gemüse an den Wokrand schieben. Das Putenfleisch in die Mitte des Woks geben und etwa 4 Min. kräftig anbraten, mit Currypulver würzen. Den Reis dazugeben und untermischen, mit Soja- und Austernsoße würzen, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die verquirlten Eier untermischen und in 2-3 Minuten stocken lassen. Die Petersilie waschen, trockenschütteln und die Blätter klein schneiden. Über das Nasi Goreng streuen und servieren.

Rezept/Foto: *deutsches-gefluegel.de*