



Vegetarisches Satay-Hähnchen und Ketjap-Ei

mit Gurkensalat und duftendem Kokosreis



ca. 35min



2 Portionen

In den Niederlanden stehen indonesische Rezepte hoch im Kurs. Kein Wunder: Wenn die veganen Hähnchenschnitzel von Heura mit einem würzigen Ketjap-Manis-Ei kombiniert und mit duftendem, in Kokosmilch gegartem Reis und einem knackigen Gurkensalat mit Erdnüssen und Koriander serviert werden, bleibt kein Magen hungrig und keine Frage offen. Guten Appetit!

- 200ml Kokosmilch
- 150g Sushireis
- 2 Bio-Eier ¹
- 1 Paprika
- 1 Pck. vegane
Hähnchenschnitzel ⁴
- 1 Gurke
- 1 rote Zwiebel
- 20g Koriander
- 1 Pck. indonesische
Gewürzmischung
- 50ml Ketjap Manis ⁴
- 140g Satay-Erdnussauce ^{2,3,4}
- 25g Erdnüsse, geröstet &
gesalzen ³

- Salz und Pfeffer
- Zucker
- Pflanzenöl
- Essig

- kleiner Topf mit Deckel
- kleiner Topf
- mittelgroße Pfanne
- kleine Pfanne
- Messbecher
- Sieb

Energie 1095kcal, Fett 55.5g,
Kohlenhydrate 102.6g, Eiweiß 37.9g



In einem kleinen Topf 100ml leicht gesalzenes Wasser und die **Kokosmilch** zum Kochen bringen. Den **Reis** in einem Sieb kalt abspülen, bis das Wasser klar bleibt. Sobald das **Kokoswasser** kocht, den **Reis** hineingeben und abgedeckt bei niedrigster Hitze 18-20Min. kochen, bis die Flüssigkeit aufgesogen und der **Reis** gar ist. Noch ca. 5Min. ohne Hitzezufuhr ziehen lassen.



Die **Eier** schälen und in einer kleinen Pfanne mit 1EL Pflanzenöl bei mittlerer Hitze 3-5Min. braten, bis sie an einigen Stellen zu bräunen beginnen. Die **½ des Ketjap Manis** mit der **restlichen Gewürzmischung** und 50ml Wasser, verrühren, in die Pfanne geben und in 1-2Min. leicht eindicken lassen, dabei die **Eier** vorsichtig in der **Sauce** wenden. Mit je 1 Prise Salz und Pfeffer würzen.



In einem zweiten kleinen Topf ausreichend Wasser für die **Eier** zum Kochen bringen. Inzwischen die **Paprika** vierteln, entkernen und in Stücke etwa so groß wie die **Hähnchenschnitzel** schneiden. Die **Eier** in das kochende Wasser geben und bei mittlerer Hitze in ca. 6Min. weich kochen. **Tipp:** Wer **härtere Eier** mag, kocht sie 2Min. länger. Die **Eier** abgießen und kalt abschrecken.



Die **veganen Hähnchenschnitzel** in einer mittelgroßen Pfanne mit 1EL Pflanzenöl bei mittlerer Hitze in 2-3Min. knusprig anbraten. Die **Paprika** hinzugeben und 3-5Min. mitbraten, bis die **Paprika** weich wird. Mit je 1 Prise Salz und Pfeffer würzen.



Die **Gurke** längs halbieren, dann quer in dünne Scheiben schneiden. Die **Zwiebel** schälen, halbieren und fein würfeln. Den **Koriander samt Stängeln** grob schneiden. Die **Gurken**, die **Zwiebeln** und die **½ des Korianders** mit 1 EL Essig, der **½ der Gewürzmischung** und je 1 kräftigen Prise Salz, Pfeffer und Zucker vermengen.



Die **Erdnussauce** in die Pfanne geben und einmal aufkochen lassen, dann vom Herd nehmen. Die **Erdnüsse** mit dem **Gurkensalat** vermengen. Den **Gurkensalat** und das **Satay-Hähnchen** neben dem **Kokosreis** anrichten. Die **Eier** halbieren und die **Eihälften** auf dem **Satay-Hähnchen** anrichten. Mit dem **restlichen Koriander** garnieren und servieren.

Schau dir das Rezept in deinem Konto auf marleyspoon.de an. [!\[\]\(3342c215b2a8b663596a81468d5dc314_img.jpg\)](#) [!\[\]\(5e22d44aef1f9548ca8274cbfb388e9d_img.jpg\)](#) [!\[\]\(b011182daf5a0527ed818f91dc4cf8f7_img.jpg\)](#) **#marleyspooning**