

Zarte und saftige Hähnchenbrust



Beschreibung

Ein einfaches und schnelles Rezept für zarte, saftige Hähnchenbrust. Durch die Marinade mit Shiokoji wird das Fleisch besonders weich und erhält eine feine, natürliche Würze. Ideal für den Alltag oder zum Vorbereiten für Bento-Boxen.

Zutaten

- Hähnchenbrust – 2 Stück (ca. 300 g)
- Shiokoji – 1 Esslöffel
- Öl – zum Braten

Zubereitungsschritte

1. Hähnchenbrust in einer Schüssel mit Shiokoji gleichmäßig einreiben.
2. Abgedeckt mindestens 1 Stunde, besser über Nacht, im Kühlschrank marinieren lassen.
3. Öl in einer Pfanne erhitzen und die Hähnchenbrust bei mittlerer Hitze von beiden Seiten goldbraun braten.
4. Auf kleiner Hitze fertig garen, bis das Fleisch durch ist. Vor dem Servieren kurz ruhen lassen.

Tipp

- Perfekt zu Reis, Salat oder Sandwiches. Auch kalt hervorragend geeignet, da das Fleisch zart und saftig bleibt.