



Cola-Poulet

Zubereitungsdauer: ca. 1 Stunde

Zutaten für 4 Portionen:

1	Poulet, ganz
1 Knolle	Ingwer (daumengross), in Scheiben geschnitten
1 Zehe	Knoblauch, in Scheiben geschnitten
1 Stange	Lauch, in Zentimeter grosse Ringe geschnitten
0.3–0.5 dl	Soja-Sauce
1 Liter	Cola
4 Schoten	rote Chili, fein gehackt
4 EL	Öl
1 EL	Essig
	Saucenbinder
	Salz und Pfeffer

Zubereitung:

Schritt 1

Das Poulet in eine Pfanne legen. Den Ingwer und die Knoblauchzehe in Scheiben schneiden und zum Poulet geben. Zuerst die Sojasauce und anschliessend das Cola darüber giessen. Das Poulet zum Kochen bringen, danach die Hitze reduzieren und auf kleiner Stufe köcheln lassen, bis das Poulet gar ist (ca. 45 Minuten).



Zubereitung:

Schritt 2

Die Chilis fein hacken und mit 4 Esslöffel Öl und 1 Esslöffel Essig verrühren und zum Poulet in die Pfanne geben. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Schritt 3

Nach 45 Minuten das Poulet aus dem Topf nehmen, etwas auskühlen lassen und den Poulet-Sud durch ein Sieb in einen anderen Topf geben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Danach den Sud mit Saucenbinder andicken. Fleisch von den Knochen lösen und zusammen mit den geschnittenen Lauchringen in die Cola-Ingwersauce geben.

Tipp: Dazu passt sehr gut Reis.