

Gomoku Takikomi gohan – Gekochter Reis mit frischem Gemüse und Hähnchen



Zubereitungszeit **35 Minuten**

Kalorien pro Portion **525**

Zutaten für 4 Personen

None:

- 2 Tasse Rundkornreis
- 1/2 Tasse Klebereis
- 120 g Hähnchenkeulen (ohne Knochen)
- 6 Shiitakepilze
- 40 g Möhren
- 40 g Schwarzwurzeln
- 0 Öl
- 6 grüne Bohnen
- 1 Nori Blatt
- 7 EL Kikkoman Wok Sauce
- 0 Kikkoman natürlich gebraute Tamari glutenfreie Sojasauce
- 1 & 1/2 Tasse Gemüsebrühe

Zubereitung:

1. Den Rundkornreis und den Klebereis in eine Schüssel geben und 2-3 mal waschen. Reis in einem Sieb gut abtropfen lassen.
2. Hähnchen in kleine Würfel schneiden. Shiitake, Möhren und Schwarzwurzeln ebenfalls in feine Streifen schneiden.
3. In einem Topf Öl erhitzen und das Hühnerfleisch darin scharf anbraten. Das Gemüse und die Kochbrühe hinzugeben und so lange köcheln lassen, bis das Gemüse gar ist.
4. Die Kochbrühe mit feinem Sieb einmal durchsieben. Wasser hinzufügen bis zur 1.2-fachen Menge des Reises. Alle Zutaten in einen Topf geben und einmal zum Kochen bringen.

5. In einen Reiskocher Reis, gekochtes Gemüse, Hühnerfleisch und verdünnte Kochbrühe geben und kochen.
6. Die Reismischung in der Schale verteilen, die in kleine Stücke geschnittenen Bohnen darauf verteilen und mit dem in feine Streifen geschnittenen Nori bestreuen.

Guten Appetit!