



Chicken Fried Rice for the Rabbi

Als die Amerikanerin Betty Goldberg die Vielfalt der chinesischen Küche entdeckte, stellte sie fest, dass sich die chinesischen Gerichte mit kleinen Abwandlungen schnell in koschere Speisen verwandeln ließen.

Milch, Käse, Butter und andere milchige Produkte werden in der chinesischen Küche kaum verwendet, sodass es leicht fällt, Milchiges und Fleischiges nicht zusammen zu kochen. Zwar isst man in China viel Schweinefleisch und in den Küstenregionen Hummer und Garnelen, doch diese Zutaten lassen sich einfach durch koscheres Fleisch und koschere Fischfilets ersetzen.

Dieses schnelle Gericht bereitete Betty Goldberg eines Abends zu, als sie den Rabbi spontan zum Essen eingeladen hatte.

Für 4 Personen:

60 ml Erdnuss-, Mais-, oder anderes Öl
800 g Reis, gekocht und abgekühlt
60 ml Tasse Sojasauce
1 TL Zucker
400 g gekochtes Hühnerfleisch, in Streifen oder Stücken
4 Frühlingszwiebeln (weiße und knackige grüne Teile), gehackt

Zubereitung:

Das Öl in einem Wok oder einer Pfanne mit 30 cm Durchmesser auf eine moderate Temperatur erhitzen. Den gekochten Reis hinzufügen und sofort zu rühren beginnen, um zu verhindern, dass die Reiskörner verklumpen und an der Pfanne festkleben.

Die Sojasauce und den Zucker hinzugeben und mit dem Reis vermischen, dann das Huhn unterheben. Den Pfanneninhalt unter vorsichtigem Rühren erhitzen, bis alles gleichmäßig heiß ist.

Zum Servieren mit gehackten Frühlingszwiebeln bestreuen!

