

Poulet Sweet & Sour

von Joel Etter

Mengen für 20 Personen

140 g Maizena	
2.0 dl Essig	
4 cl Sojasauce	
4 cl Öl	
1.6 kg Pouletgeschnetzeltes	Maizena, Reisessig, Sojasauce und Sesamöl in einer Schüssel verrühren, Poulet daruntermischen, zugedeckt beiseite stellen.
140 g Frühlingszwiebeln	
1.6 kg Ananas	Bundzwiebeln in feine Ringe schneiden, Grün beiseite stellen. Ananas schälen, Strunk entfernen, in ca. 2 cm grosse Würfel schneiden.
1.0 Liter Bouillon (flüssig)	
140 g Rohrzucker	
100 g Ketchup	Öl im Wok oder einer weiten beschichteten Bratpfanne heiss werden lassen. Poulet portionenweise je ca. 2 Min. rührbraten. Herausnehmen, zugedeckt beiseite stellen. In derselben Pfanne evtl. nochmals etwas Öl begeben, heiss werden lassen. Bundzwiebeln ca. 1 Min. rührbraten. Ananas begeben, ca. 3 Min. weiterrührbraten. Bouillon, Zucker und Ketchup verrühren, dazugiessen. Poulet wiederbegeben, aufkochen, ca. 3 Min. köcheln. Beiseite gestelltes Bundzwiebelgrün darüberstreuen.
1.2 kg Basmatireis	