KIKKOMAN

Knusprige Erdnussbutter-Pouletschenkel

Gesamtzeit **60 Min.** **15 Min.** Vorbereitungszeit **45 Min.** Kochzeit

ZUTATEN

2 Portion(en)

4	Pouletschenkel, mit oder ohne Knochen (zusammen 500–600 g)
4 EL	Pflanzenöl
75 g	crunchy Erdnusscrème
6 EL	Kikkoman Teriyaki Wok Sauce mit geröstetem Sesam
4 EL	Kikkoman Panko - Knuspriges Paniermehl nach japanischer Art
2	rote Zwiebeln
1	kleine rote Peperoni
1	kleine gelbe Peperoni
250 g	Broccoliröschen

ZUBEREITUNG

Schritt 1

4 Pouletschenkel, mit oder ohne Knochen (zusammen 500–600 g) - **2 EL** Pflanzenöl
Pouletschenkel in einem Wok mit einem Schuss Öl mit der Hautseite nach unten bei mittlerer Hitze 20 Minuten braten. Wenden und weitere 5 Minuten braten.

Schritt 2

75 g crunchy Erdnusscrème - **6 EL** Kikkoman Teriyaki Wok Sauce mit geröstetem Sesam **4 EL** Kikkoman Panko - Knuspriges Paniermehl nach japanischer Art
Backofen auf 220 °C Umluft-Grill vorheizen. Erdnusscrème und Kikkoman Teriyaki Wok Sauce Sesam verrühren. Pouletschenkel in eine ofenfeste Form legen, mit Teriyaki-Erdnusscrème bestreichen und mit Kikkoman Panko bestreuen. Das Bratfett aus dem Wok über die Brösel träufeln.

Schritt 3

2 rote Zwiebeln - **1** kleine rote Peperoni - **1** kleine gelbe Peperoni
Zwiebeln schälen und in Spalten schneiden, sodass der Wurzelansatz die Zwiebelstücke zusammenhält. Peperoni in 3 cm grosse Stücke schneiden.

Schritt 4

2 EL Pflanzenöl - **250 g** Broccoliröschen - **4 EL** Kikkoman Teriyaki Wok Sauce mit geröstetem Sesam
Zwiebeln und Peperoni mit 2 EL Pflanzenöl in den Wok geben, bei mittlerer Hitze 5 Minuten braten. Broccoli zugeben und weitere 5 Minuten fertig garen. Mit Kikkoman Teriyaki Wok Sauce Sesam kurz glasieren.

Schritt 5

Pouletschenkel – am besten schon, während das Gemüse brät – auf der zweiten Schiene von oben in den Ofen schieben, goldbraun gratinieren. Das dauert je nach Ofen 4–6 Minuten. Sobald die Brösel zu bräunen beginnen, werden sie auch schnell schwarz – also nicht aus den Augen lassen! Die Pouletschenkel mit dem Gemüse anrichten.