

CHICKEN TERIYAKI SANDWICH / SUBWAY / NACHGEMACHT: ORIGINAL TRIFFT SALLY



Ich bereite Murats Lieblings-Sandwich zu: das Chicken Teriyaki: Hähncheninnenfilets in einer würzigen Soße auf dem Cheese Oregano Brot.



Zubereitungszeit

20 Minuten

PORTIONSRECHNER:

Stück: 4

ZUBEREITUNG TERIYAKI-SOSSE

Verrühre die Sojasoße, Worcestershiresoße, Essig, Honig, Tomatenmark, Senf, den gehackten Ingwer und die Knoblauchzehe in einem kleinen Topf und lass die Soße bei mittlerer Hitze 2-3 Minuten köcheln.

Schneide das Fleisch in 3 cm lange Stücke und wende sie in der Stärke.

Erwärme das Öl in einer Eisenpfanne bei hoher Hitze und brate das Fleisch rundherum an. Nimm es aus der Pfanne und lege es direkt in die Teriyaki-Soße, lass es einmal aufkochen und lass das Chicken Teriyaki dann abgedeckt abkühlen.

ZUBEREITUNG SANDWICH

Erwärme das Chicken Teriyaki etwas. Schneide das Brot auf und belege es mit dem Fleisch und nach Belieben mit Zutaten der Wahl, wie beispielsweise: Käse (Kashkaval Käse / Kasar), rote Zwiebelringe, Salat, Jalapeno, usw.

Viel Spaß beim Nachkochen, eure Sally!

TERIYAKI-SOSSE:

- 4 EL** Sojasoße
- 4 EL** Worcestershiresauce
- 6 EL** Reisessig (od. Apfelessig)
- 5 EL** Honig
- 3 EL** Tomatenmark
- 2 EL** Dijon Senf
- 1** Ingwer (frisch)
- 1** Knoblauchzehe

FLEISCH:

- 400 g** Hähnchenbrüste (oder Hähncheninnenfilets)
- 4 EL** Sesamöl
- 2 EL** Speisestärke

NACH BELIEBEN:

- Kashkaval Käse
- rote Zwiebeln (Ringe)
- Salat
- Jalapeños
- Essiggurken
- Oliven