



Exotisches Huhn mit karamellisierter Ananas

Süß, saftig und herrlich würzig mit der Alpro Reis-Kochcrème Cuisine

Zubereitung

1. Das Hühnerbrustfilet in ½ cm breite Streifen schneiden und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Ananas schälen und in ca. 1 cm große Würfel schneiden. Den Salat putzen und in mundgerechte Stücke zerkleinern.
2. Öl in einem Wok erhitzen und die Hühnerstreifen darin von allen Seiten goldbraun anbraten. Die Ananasstücke und den Honig zugeben und so lange unter Rühren erhitzen, bis die Ananasstücke karamellisiert sind. Die Sesamkörner und die Sojabohnensprossen zugeben und bei großer Hitze unterrühren.
3. Die Hitze reduzieren, die Reis-Kochcrème Cuisine zugeben und für 1 Minute köcheln lassen. Den Zitronensaft und den Salat unterrühren.
4. Alles gut mischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Mit Reis oder Nudeln servieren.

Genieße dieses exotische Gericht!


4 Portionen


15min

Zutaten

- 250 g Alpro Reis-Kochcrème Cuisine
- 440 g Hühnerbrustfilet
- Öl zum Braten
- ½ Ananas
- 200 g Sojabohnensprossen
- 1/4 Eisbergsalat
- 4 TL flüssiger Honig
- 2 TL Sesamkörner
- Saft einer Limette oder Zitrone
- Prise Salz
- Prise Schwarzer Pfeffer

Zubereitet mit

Reis-Kochcrème Cuisine

