



HÜHNERGESCHNETZELTES MIT GEMÜSE (QSB)

QimiQ VORTEILE

- Alkohol-, hitze- und säurestabil
- Cremiger Genuss bei weniger Fett
- Problemloses Wiedererwärmen möglich



25



leicht

ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN

FÜR DAS HÜHNERGESCHNETZELTE

500 g Hühnerbrustfilet, in Streifen geschnitten

30 ml Sojasauce

2 EL Maisstärke

1 TL Currypulver

Weißer Pfeffer

3 EL Erdnussöl

FÜR DIE GEMÜSESAUCE

2 EL Sonnenblumenöl

1 Zwiebel(n), in feine Streifen geschnitten

1 Knoblauchzehe(n), fein gehackt

150 g Lauch, fein geschnitten

100 g Karotte(n), in Scheiben geschnitten

150 g Blattspinat, in Streifen geschnitten

50 ml Weißwein, trocken

250 ml Klare Gemüsesuppe

250 g QimiQ Sahne-Basis

40 ml Sojasauce

Salz

Weißer Pfeffer

ZUBEREITUNG

1. Für das Geschnetzelte das Hühnerfleisch mit Sojasauce, Maisstärke, Currypulver, Salz und Pfeffer vermischen und mindestens 30 Minuten ziehen lassen.
2. Hühnerfleisch in Erdnussöl gut anbraten. Aus der Pfanne nehmen und warm stellen.
3. Für die Gemüsesauce Sonnenblumenöl erhitzen. Zwiebel, Knoblauch und Gemüse bei großer Hitze unter ständigem Rühren rösten. Hitze reduzieren und mit Weißwein und klarer Suppe aufgießen.
4. Weitere 5 Minuten auf kleiner Flamme kochen, bis das Gemüse bissfest ist. QimiQ Saucenbasis einrühren und bis zur gewünschten Sämigkeit weiterköcheln lassen.
5. Hühnerfleisch zur Gemüsesauce geben und mit Sojasauce, Salz und Pfeffer abschmecken.