



HÜHNERGESCHNETZELTES MIT GEMÜSE



QimiQ VORTEILE

- Problemloses Wiedererwärmen möglich
- Cremiger Genuss bei weniger Fett
- Alkoholstabil und gerinnt daher nicht
- Unterstreicht den Eigengeschmack der Zutaten



25



leicht

ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN

FÜR DAS HÜHNERGESCHNETZELTE

500 g	Hühnerbrustfilet, in Streifen geschnitten
30 ml	Sojasauce
2 EL	Maisstärke
1 TL	Currypulver
	Salz
	Weißer Pfeffer
3 EL	Erdnussöl

FÜR DIE GEMÜSESAUCE

125	QimiQ Sahne-Basis
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
350 ml	Klare Gemüsesuppe
1 EL	Maisstärke
40 ml	Sojasauce
	Salz
	Weißer Pfeffer

ZUBEREITUNG

1. Für das Geschnetzelte: 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. Maisstärke mit der Sojasauce anrühren und in die Sauce einrühren. Sauce weitere 5 Minuten auf kleiner Flamme kochen, bis das Gemüse bissfest ist.
5. Hühnerfleisch zur Gemüsesauce geben und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Mit kalter QimiQ Sahne-Basis verfeinern.