



HÜHNERGESCHNETZELTES MIT GEMÜSE (QSB)

QimiQ AVANTAGES

- Stable à l'alcool, à la chaleur et aux acides
- Consistance agréablement crémeuse avec moins de matières grasses
- Peut être réchauffé sans problème



25



simplement

INGRÉDIENTS POUR 4 PORTIONS

FÜR DAS HÜHNERGESCHNETZELTE

- 500 g** Filet de blanc de poulet, coupé en lamelles
- 30 ml** Sauce de soja
- 2 cs** Féculé de maïs
- 1 cc** Curry en poudre
- Poivre blanc
- 3 cs** Huile de cacahuète

FÜR DIE GEMÜSESAUCE

- 2 cs** Huile de tournesol
- 1** Oignon(s), coupé en julienne
- 1** Gousse(s) d'ail, finement hachées
- 150 g** Poireau, coupé fin
- 100 g** Carotte(s), coupé en tranches
- 150 g** Épinards en branches, coupé en lamelles
- 50 ml** Vin blanc sec
- 250 ml** Bouillon de légumes
- 250 g** QimiQ Sauce Base
- 40 ml** Sauce de soja
- Sel
- Poivre blanc

PRÉPARATION

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.