



Hühner-Reis-Eintopf

Zutaten

- 100 g Champignons, frisch
- 150 g rote Paprikaschoten
- 250 g Hähnchenbrustfilets
- etwas Maggi Würzmischung 3, für pikantes Geflügel
- 1 EL THOMY Reines Sonnenblumenöl
- 50 g Reis
- 500 ml Wasser
- 3 TL MAGGI Hühner Brühe
- 100 g Erbsen, tiefgefroren
- etwas MAGGI Würze

Zubereitung

1. Champignons putzen und in Scheiben schneiden. Paprikaschoten waschen, Kerne und weiße Innenhäute entfernen und in kleine Würfel schneiden. Hähnchenbrustfilets waschen, trocken tupfen, in Würfel schneiden und mit MAGGI Würzmischung 3 würzen.
2. In einem Topf THOMY Reines Sonnenblumenöl heiß werden lassen. Hähnchenbrustfilet darin anbraten. Gemüse und Reis zugeben und kurz mitdünsten.
3. Wasser zugießen und zum Kochen bringen. MAGGI Hühner Brühe darin auflösen und bei geringer Wärmezufuhr ca. 20 Min. zugedeckt kochen. Dabei gelegentlich umrühren. Kurz vor Ende der Garzeit Erbsen zugeben und heiß werden lassen. Mit MAGGI Würze abschmecken. Dazu passen Baguette- oder Roggenbrötchen.

Nährwert-Anzeige

Kohlenhydrate	31 g
Energie	350 kcal
Fett	7 g
Protein	38 g

🕒 34 Minuten

⊕ 2 Teller