



## Hähnchenpfanne mit Zuckerschoten

### Zutaten

- 250 g Zuckerschoten
- 360 g Hähnchenbrustfilets
- 1 EL THOMY Reines Sonnenblumenöl
- 350 ml Wasser
- 1 Beutel Maggi Für Genießer Spargel Cremesuppe fettarm
- 50 g Frischkäse mit Joghurt
- 1 EL Weißwein
- etwas Pfeffer

### Zubereitung

1. Zuckerschoten schräg in Streifen schneiden. Hähnchenbrustfilets waschen und in Streifen schneiden.
2. In einer Pfanne THOMY Reines Sonnenblumenöl heiß werden lassen und das Geschnetzelte darin anbraten. Zuckerschoten zugeben und kurz mit braten. Wasser zugießen und MAGGI Für Genießer Spargel Cremesuppe "fettarm" einrühren. Zum Kochen bringen und ca. 5 Min. kochen.
3. Frischkäse mit Joghurt einrühren und mit Weißwein und Pfeffer abschmecken. Dazu Reis servieren.

#### Nährwert-Anzeige

Kohlenhydrate	25 g
Energie	430 kcal
Fett	12 g
Protein	53 g

🕒 18 Minuten

⊕ 2 Portionen