

Zutaten

- 250 g Lauch
- 300 g Möhren
- 1 EL ÖI
- 300 g Putengeschnetzeltes
- 350 ml Wasser
- 1 Beutel MAGGI Fix für Möhren-Erbsen Hähnchen mit Reis
- 100 g Frischkäse

Zubereitung

- Lauch putzen, waschen und in Ringe schneiden.
 Möhren putzen, schälen, halbieren und in Scheiben schneiden.
- In einer Pfanne Öl heiß werden lassen.
 Putengeschnetzeltes darin anbraten. Lauch und Möhren zugeben und 5 Min. mitbraten.
- 3. Wasser zugießen. MAGGI Fix für Möhren-Erbsen Hähnchen mit Reis einrühren und aufkochen.
- 4. Frischkäse zugeben und einrühren. Bei mittlerer Wärmezufuhr ca. 10 Min. zugedeckt kochen lassen Dazu passen Kartoffelbrei oder Reis.

Nährwert-Anzeige

(L) 25 Minuten

3 Portionen

Kohlenhydrate 17 g

Energie 270 kcal

Fett 7 g
Protein 33 g