



Jägertopf chinesische Art

Zutaten

- 500 g Putenbrustfilet
- 150 g Champignons, frisch
- 150 g Zuckerschoten
- 150 g Chinakohl
- 285 g Bambussprossen
- 2 Stängel Minze
- 2 EL Sesamöl
- 300 ml Wasser
- 200 ml Schlagsahne
- 2 Beutel MAGGI Fix für Jägertopf

Zubereitung

1. Putenbrustfilet waschen, trocken tupfen und in Streifen schneiden.
2. Champignons putzen und in Scheiben schneiden. Zuckerschoten putzen, waschen und schräg in Stücke schneiden. Chinakohl putzen, waschen, den Strunk entfernen und in Streifen schneiden. Bambussprossen abtropfen lassen. Minze waschen, Blättchen von den Stielen zupfen und in Streifen schneiden.
3. In einer Pfanne Sesamöl heiß werden lassen. Putenbruststreifen darin anbraten und herausnehmen. In der Pfanne Zuckerschoten 3 Min. anbraten. Restliches Gemüse und Sprossen zugeben und alles mit anbraten.
4. Wasser und Sahne zugießen und zum Kochen bringen. MAGGI Fix für Jägertopf einrühren. Bei geringer Wärmezufuhr ca. 20 Min. garen. Mit Minze bestreut servieren. Servieren Sie dazu Reis.

Nährwert-Anzeige

Kohlenhydrate	15 g
Energie	432 kcal
Fett	24 g
Protein	37 g

🕒 45 Minuten

⊕ 4 Portionen