



Zutaten

- 150 g rote Paprikaschote(n)
- 150 g gelbe Paprikaschote(n)
- 150 g grüne Paprikaschote(n)
- 100 g rote Zwiebeln
- 3 Stängel Basilikum frisch
- 5 Stück Tomaten, getrocknet in Öl
- 250 g Hähnchenbrustfilet
- 3 TL Tomatenöl
- 300 ml Wasser
- 100 ml Schlagsahne
- 1 Beutel MAGGI Fix für Möhren-Erbesen Hähnchen mit Reis
- 1 EL Pesto Basilico
- 2 EL Parmesan, frisch gehobelt

Zubereitung

1. Paprikaschoten waschen, Kerne und weiße Innenhäute entfernen und in Streifen schneiden. Zwiebeln schälen und in dünne Spalten schneiden. Basilikum waschen, trocken schütteln, Blättchen von den Stielen zupfen und nach Belieben klein schneiden. Das anhaftende Öl der getrockneten Tomaten in einer Pfanne abstreifen. Tomaten in dünne Streifen schneiden. Hähnchenbrustfilet waschen, trocken tupfen und in Streifen schneiden.
2. Öl der eingelegten Tomaten in die Pfanne mit dem abgestreiften Öl geben und heiß werden lassen. Hähnchen darin goldbraun anbraten. Paprika und Zwiebeln zugeben und mitbraten.
3. Wasser und Sahne zugießen. MAGGI Fix für Möhren-Erbesen Hähnchen mit Reis einrühren. Pesto und Tomaten zugeben, unter Rühren aufkochen und ca. 5 Min. köcheln lassen. Mit Basilikum und Parmesan bestreut servieren. Dazu passt Express Reis.

Nährwert-Anzeige

Kohlenhydrate	23 g
Energie	386 kcal
Fett	20 g
Protein	29 g

🕒 15 Minuten

⊕ 3 Portionen