

Zutaten

- 4 Hähnchenbrustfilets
- 1 Beutel MAGGI Fix für Paprika-Sahne Hähnchen
- 3 EL THOMY Reines Sonnenblumenöl

Zubereitung

- 1. Hähnchenbrust mit Küchenkrepp trocken tupfen. MAGGI Fix für Paprika-Sahne Hähnchen in THOMY Reines Sonnenblumenöl anrühren und damit die Hähnchenbrustfilets marinieren.
- 2. Heißluftfritteuse auf 20 Min. bei 200 °C einstellen. Hähnchenbrustfilets auf Backpapier in den Frittierkorb legen und für ca. 10 Min. garen. Nach der Hälfte der Garzeit die Filets umdrehen und weiter garen.
- 3. Mit einer Garprobe prüfen, ob das Fleisch auch in der Mitte gar ist. Dann z.B. in Tranchen schneiden und auf einem bunten Blattsalat anrichten und servieren.

Nährwert-Anzeige

(L) 14 Minuten

4 Portionen

Kohlenhydrate 4 g
Energie 254 kcal

Fett 10 g Protein 36 g