



One Pot Hähnchen-Kritharaki

Zutaten

- 60 g Tomaten, getrocknet in Öl
- 100 g Babyspinat
- 1 TL THOMY Reines Sonnenblumenöl
- 250 g Hähnchengeschnetzeltes
- 200 g Kritharaki
- 600 ml Wasser
- 1 Beutel MAGGI Fix für Gemüse-Pfanne mit Hähnchen
- 100 ml Sahne zum Kochen, 15 % Fett
- 50 g Parmesan, frisch gerieben

Zubereitung

1. Tomaten abtropfen lassen und klein schneiden. Babyspinat waschen und trockenschleudern.
2. In einem Topf THOMY Reines Sonnenblumenöl heiß werden lassen. Hähnchengeschnetzeltes darin goldbraun anbraten. Tomaten und Kritharaki dazugeben und kurz andünsten.
3. Wasser zugießen. Beutelinhalt einrühren und aufkochen. Zugedeckt bei geringer Hitze ca. 12 Min. köcheln lassen. Gelegentlich umrühren.
4. Kochsahne unterrühren. Babyspinat nach und nach unterheben. Alles kurz heiß werden lassen. Vor dem Servieren noch den Parmesan unterrühren.

Nährwert-Anzeige

Kohlenhydrate	33 g
Energie	427 kcal
Fett	17 g
Protein	34 g

🕒 20 Minuten

⊕ 3 Portionen