WE LOVE GEFLÜGEL!

Weltbester Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Asia-Glasnudelsalat mit Hähnchenhackfleisch

Zutaten (für 4 Personen):

500 g Hähnchenhackfleisch
250 g grüner Spargel
2 EL Sojasauce
3 EL Sesamöl
200 g Glasnudeln
2 Lauchzwiebeln
Petersilie
1 Zitrone
1 EL Honig
4 EL Fischsauce



Nährwerte:

Pro Portion ca. 407 kcal, 10 g Fett, 54 g Kohlenhydrate, 25 g Eiweiß

Zubereitungszeit:

circa 25 Minuten

WE LOVE GEFLÜGEL!

Weltbester Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Asia-Glasnudelsalat mit Hähnchenhackfleisch

Zubereitung:

1. Die Enden vom Spargel abschneiden und die Stangen mit dem Sparschäler in dünne Streifen schneiden, anschließend in 1 EL Öl circa 5 Minuten scharf anbraten und zur Seite stellen.



2. Jetzt das Hähnchenhackfleisch in 1 EL Öl circa 5 bis 7 Minuten scharf anbraten.

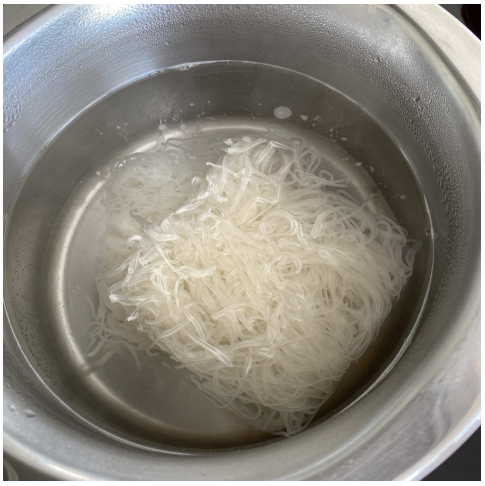


3. Lauchzwiebeln in Ringe schneiden, Petersilie hacken und beides mit der Sojasauce zu dem Hähnchenhackfleisch geben und weitere 3 bis 5 Minuten anbraten.

Asia-Glasnudelsalat mit Hähnchenhackfleisch



4. Die Glasnudeln nach Packungsangabe garen.



5. Dressing aus Zitronensaft, Honig, 1 EL Öl und Fischsauce über die Glasnudeln geben.



WE LOVE GEFLÜGEL!

Weltbester Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Asia-Glasnudelsalat mit Hähnchenhackfleisch

6. Asia-Glasnudelsalat anrichten, mit Hähnchenhackfleisch und Spargel toppen und genießen.





Einkaufstipp

Heimische, nachhaltige und nach hohen Standards erzeugte Lebensmittel sind dir wichtig? Dann achte beim Einkauf von Geflügelfleisch auf die „D"s auf der Verpackung: diese garantieren dir Geflügelfleisch aus Deutschland.

Weitere Informationen rund um Geflügelfleisch aus Deutschland sowie viele leckere Rezepte finden Sie auf **www.deutsches-geflügel.de**