WE LOVE GEFLÜGEL!

Weltbester Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Fondue Chinoise

Zutaten (für 4 Personen):

1 ganzes Hähnchen
400 g Putenfilet
400 g Entenfilet
400 g Hähnchenfilet
1 Zwiebel
1 EL Salz
1 Stern-Anis
0.5 TL Koriander ganz
4 Pfefferkörner
1 Lorbeerblatt
1 Bund Suppengemüse
1 Paprika
100 g Mungobohnen
200 g Champignons
100 g Glasnudeln
150 g Chinakohl
2 Lauchzwiebeln



Nährwerte:

Pro Portion ca. 792 kcal, 26 g Fett, 54 g Kohlenhydrate, 72 g Eiweiß

Zubereitungszeit:

circa 150 Minuten für die Geflügelbrühe

WE LOVE GEFLÜGEL!

Weltbester Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Fondue Chinoise

Zubereitung:

1. Zuerst das Suppengemüse und die Zwiebel schälen, grob in Stücke schneiden und mit dem Hähnchen, Lorbeerblatt, Stern Anis, Pfefferkörnern, Salz und Koriander in einen großen Topf geben.



2. Mit 3 Liter Wasser aufgießen circa 2,5 Stunden köcheln lassen. Dabei eventuell aufsteigenden Schaum abschöpfen.



3. Dann das Hähnchen aus der Brühe nehmen, die Brühe durch ein Sieb gießen und in den Fonduetopf füllen.

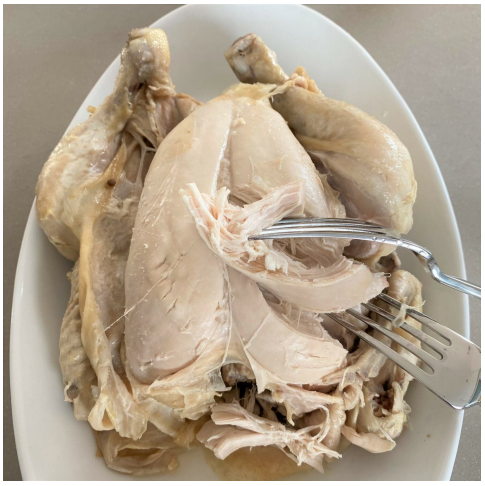
WE LOVE GEFLÜGEL!

Weltbester Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Fondue Chinoise



4. Das Hähnchenfleisch mit zwei Gabeln von den Knochen zupfen. Das gezupfte Hähnchenfleisch im Kühlschrank aufbewahren. Daraus könnt ihr zum Beispiel einen leckeren Geflügelsalat machen.



5. Paprika, Champignons, Chinakohl und Lauchzwiebeln putzen und kleinschneiden. Glasnudeln nach Packungsangabe zubereiten. Alles in kleine Schälchen füllen, auch die Mungobohnen, auf dem Tisch um den Fonduetopf herum arrangieren und das Fondue Chinoise genießen.



WE LOVE GEFLÜGEL!

Weltbester Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Fondue Chinoise



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**