

Hähnchenfilet mit Kartoffelotto, dicken Bohnen und Champignons

Zutaten

(für 4 Personen):

- 4 Hähnchenfilets
- 2 Zwiebeln
- 2 Knoblauchzehen
- 3 EL Öl
- 800 g Kartoffeln
- 500 ml Gemüsebrühe
- 400 g Champignons
- 2 EL Butter
- 300 g dicke Bohnen (Glas)
- 100 g Käse
- Salz und Pfeffer



Nährwerte:

Pro Portion ca. 601 kcal, 20 g Fett, 41 g Kohlenhydrate, 54 g Eiweiß

Zubereitungszeit:

circa 45 Minuten

Hähnchenfilet mit Kartoffelotto, dicken Bohnen und Champignons

Zubereitung:

1. Zuerst Zwiebeln und Knoblauch schälen, fein würfeln und in 1 EL Öl circa 3 bis 5 Minuten andünsten.



2. Die Kartoffeln schälen, in kleine Würfel schneiden und für 2 bis 3 Minuten mitbraten.



3. Dann die Brühe angießen und alles zusammen 10 Minuten köcheln lassen.



Hähnchenfilet mit Kartoffelotto, dicken Bohnen und Champignons

4. In der Zwischenzeit die Champignons putzen, klein schneiden und in der Butter 5 Minuten anbraten.



5. Die Champignons und dicken Bohnen unter die Kartoffelwürfel heben.



6. Jetzt den Käse einrühren, alles noch mal 5 Minuten köcheln lassen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.



7. Dann die Hähnchenfilets in 2 EL Öl circa 5 bis 7 Minuten von jeder Seite

Hähnchenfilet mit Kartoffelotto, dicken Bohnen und Champignons

goldbraun anbraten.



8. Zum Schluss die Hähnchenfilets auf dem Kartoffelotto mit dicken Bohnen und Champignons anrichten und genießen.



Hähnchenfilet mit Kartoffelotto, dicken Bohnen und Champignons



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-gefluegel.de**