WE LOVE GEFLÜGEL!

Weltbester Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Hähnchenfilet mit Sobanudeln und Pak Choi

Zutaten (für 4 Personen):

400 g Hähnchenfilet
4 EL Olivenöl
2 EL Sojasauce
Salz und Pfeffer
600 g Pak Choi
400 g Sobanudeln
2 TL Curry



Nährwerte:

Pro Portion ca. 626 kcal, 17 g Fett, 81 g Kohlenhydrate, 36 g Eiweiß

Zubereitungszeit:

circa 25 Minuten

WE LOVE GEFLÜGEL!

Weltbester Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Hähnchenfilet mit Sobanudeln und Pak Choi

Zubereitung:

1. Zuerst das Hähnchenfilet würfeln und in 1 EL Öl scharf von jeder Seite für circa 3 bis 5 Minuten anbraten.



2. Sojasauce und Pak Choi hinzugeben und für weitere 3 bis 4 Minuten dünsten. Mit Salz und Pfeffer würzen.



3. Die Sobanudeln nach Packungsangabe kochen.

WE LOVE GEFLÜGEL!

Weltbester Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Hähnchenfilet mit Sobanudeln und Pak Choi



4. Sobald die Nudeln gar sind, eine Mischung aus 3 EL Öl und Curry untermischen.



5. Jetzt nur noch alles zusammen anrichten und genießen!



WE LOVE GEFLÜGEL!

Weltbester Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Hähnchenfilet mit Sobanudeln und Pak Choi



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**