

Chicken Teriyaki Ramenburger

Zutaten

(für 4 Personen):

600 g Hähnchenbrustfilets
200 g Mienudeln
2 Eier
Salz und Pfeffer
2 EL Öl
20 ml Teriyaki-Sauce
50 g Salatgurke
1 Zwiebel
30 g Mungobohnensprossen
Koriander
1 EL Sesam



Nährwerte:

Pro Portion ca. 664 kcal, 22 g Fett, 48 g Kohlenhydrate, 39 g Eiweiß

Zubereitungszeit:

circa 35 Minuten

Chicken Teriyaki Ramenburger

Zubereitung:

1. Mienudeln nach Packungsangabe kochen, abkühlen lassen, mit Eiern und etwas Salz und Pfeffer mischen...



2. ...und portionsweise in 1 EL Öl von beiden Seiten circa 3 bis 4 Minuten anbraten.



3. Hähnchenfilets in 1 EL Öl von beiden Seiten jeweils...



Chicken Teriyaki Ramenburger

4. ...5 bis 7 Minuten scharf anbraten, bis sie schön goldbraun sind.



5. Teriyaki-Sauce dazugeben und 2 bis 3 Minuten einreduzieren lassen. Das Fleisch kurz ruhen lassen, dann in Scheiben schneiden.
Zwiebel und Gurke schälen und in Ringe bzw. Scheiben schneiden.



6. Chicken Teriyaki Ramen-Burger mit Mungobohnen, Gurkenscheiben und Zwiebelringen anrichten und mit Koriander und Sesam genießen.



WE LOVE
GEFLÜGEL!



Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Chicken Teriyaki Ramenburger



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**