

Möhrenhähnchen



200 g Möhren
100 g Champignons
Salz / Pfeffer
1 Schalotte
5 g frische Petersilie
2 EL Rapsöl
400 g Hähnchengeschnetzeltes
1 TL Tomatenmark

ZUTATEN
2 PORTIONE

ZUBEREITUNG

EIN REZEPT AUS DEM KOCHBUCH 365 MINDFUL FOOD WINTER

Möhren und Champignons in Scheiben schneiden

Möhren im Topf in Salzwasser 10 Minuten kochen

Schalotten fein würfeln, Petersilie fein hacken

1 EL Rapsöl in einer Pfanne erhitzen und Hähnchengeschnetzeltes anbraten

1 EL Rapsöl in einer Pfanne erhitzen, Schalotte andünsten und die gekochten Möhrenscheiben und

Champignons mit andünsten Hähnchengeschnetzeltes und Tomatenmark zur Gemüsemasse hinzufügen und alles gut vermengen

mit Salz und Pfeffer würzen und mit Petersilie anrichten

Lasst es Euch schmecken! Eure Mandy



Follow me
mandyhindenburg

