

Hähnchenbrustfilets mit Paprika und Bambus-Schösslingen

by Andreas - Dienstag, August 04, 2009

<http://mundgericht.de/index.php/hahnchenbrustfilets-mit-paprika-und-bambus-schosslingen/>

Einmal die 27 bitte!

Das kann man auch im Handumdrehen selber herstellen. Fehlen dann nur noch die Glückskekse.

500 gr. Hähnchenbrustfilets
300 gr. Bambus-Schösslingen (Glas)
200 gr. Champignons
2 rote Paprika
1 frische Chilischote
1 Bund Frühlingszwiebeln
3 Knoblauchzehen
Sojasauce
Sambal Olek
Öl
Pfeffer

Die Frühlingszwiebeln, Chilischote, die Brustfilets, die Champignons und die Knoblauchzehen in Scheiben schneiden und in einem großen Topf in Öl anbraten. Die gewürfelten Paprika und die Bambus-Schösslinge mit etwas Flüssigkeit aus dem Glas dazugeben. Bei geschlossenem Deckel ca. 10 Minuten schmoren. Mit Sojasauce, Sambal Olek und Pfeffer abschmecken.