



Tomaten-Oliven-Reis mit Hähnchen

und fruchtiger Paprika-Orangen-Salsa



ca. 30min



2 Personen

Eine Extraportion gute Laune servierst du heute mit diesem karibisch-mexikanisch inspirierten Schmaus. Die poppigen Farben der Paprika-Orangen-Salsa, die so lebhaft zusammengewürfelt ist wie die bunten Häuser Puerto Ricos, bringen einfach Urlaubsstimmung an den Tisch. Der Reis wird ohne viel Tamtam, aber mit umso mehr Aromen in einem Zwiebel- und Tomatenpüree gekocht und mit Oliven veredelt. So geht glücklich!

- 200g Basmatireis
- 1 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 2 Tomaten
- 1 Dose Tomatenmark
- 1 Packung schwarze Oliven
- 1 Päckchen
Gemüsebrühgewürz
- 1 Paprika
- 1 unbehandelte Orange
- 1 Lauchzwiebel
- 250g Hähnchenstreifen
mexikanische Art

- 1EL Butter ⁷
- Salz und Pfeffer
- Zucker
- Olivenöl
- Essig

- mittelgroßer Topf mit Deckel
- mittelgroße Pfanne
- Stabmixer mit hohem Gefäß
- Messbecher
- Sieb

Energie 923kcal, Fett 22.8g,
Kohlenhydrate 108.7g, Eiweiß 35.8g



4. Salsa zubereiten

2. Würzpaste anbraten

5. Fleisch braten

3. Reis garen

6. Anrichten und servieren

Den **Tomaten-Oliven-Reis** auf Teller verteilen, das **Fleisch** darauf anrichten und mit der **Paprika-Orangen-Salsa** garniert servieren.