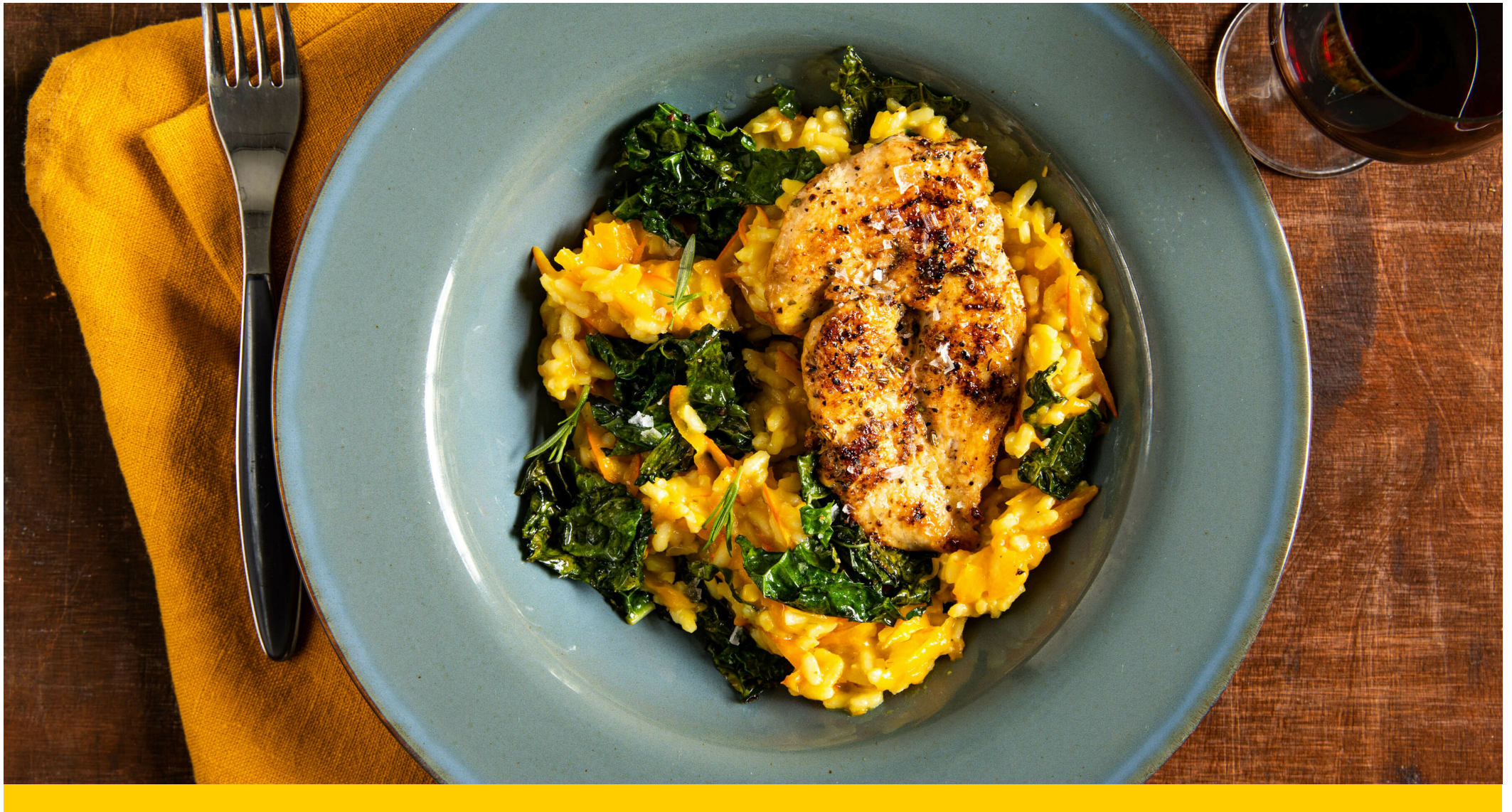




V1: Gebratene Hähnchenbrust

mit Kürbis-Risotto und Grünkohl



30-40min



2 Personen

Was für ein köstliches Ensemble: Der Hokkaido wird geraspelt und mit dem Risotto cremig gekocht. Den Grünkohl gibt es knackig angebraten als i-Tüpfelchen obendrauf. Und weil es noch besser geht, gibt es saftig-zarte Hähnchenbrust dazu. Lasst es euch schmecken!

- 1 kleiner Hokkaidokürbis
- 5g Rosmarin
- 1 Päckchen
Gemüsebrühgewürz
- 200g Risottoreis
- 2 Stücke italienischer Hartkäse ⁷
- 1 Packung Hähnchenbrustfilet
- 1 Päckchen italienische
Gewürzmischung
- 1 Bund Grünkohl

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

- mittelgroßer Topf
- mittelgroße Pfanne
- Messbecher
- Küchenreibe

Wer mag, kann das Fleisch vor dem Anrichten in Tranchen schneiden.

Milch (7). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Energie 899kcal, Fett 31.9g,
Kohlenhydrate 103.1g, Eiweiß 46.2g

