

Hähnchenbrust auf Gemüse mit Camembert

- für 4 Person -

Zutaten:

400 g Hähnchenbrust
2 El Rapsöl (20 g)
400 g Champignon
400 g Porree
120 g Camembert, 45 % F.i.T.
Salz
weißer Pfeffer

Zubereitung:

· Gereinigte Hähnchenbrust in Streifen schneiden und im Speiseöl goldgelb anbraten · Champignon und Porree putzen, in Scheiben schneiden und zur Hähnchenbrust geben · etwa 10 Minuten anschwitzen und mit Salz und Pfeffer würzen · Camembert in Würfel schneiden, darüber streuen und ca. 5 Minuten ziehen lassen ·

Nährwertangaben:

1 Portion = 248 kcal, 4g Ball., 79 mg tier. Chol.
= 0 KHE