

# Hähnchenbrust in Balsamico

- für 4 Personen -

## Zutaten:

400 g Hähnchenbrust

2 EL Rapsöl

2 EL roter Balsamico

Pfeffer, Salz

## Zubereitung:

Hähnchenbrustfilet waschen und trocken tupfen · im Rapsöl goldbraun braten · danach mit Pfeffer und Salz würzen und mit Balsamico ablöschen · sofort servieren

## Nährwertangaben:

1 Portion = 190 kcal, 0 g Ball., 60 mg tier. Chol.

0 KHE