

Schweden Flygande Jacob: Hähnchengeschnetzeltes mit Champignons, Bananen, Erdnüssen und Duftreis

Rezept für 4 Personen



ZUTATEN

480 g
Hähnchengeschnetzeltes
250 g Champignons weiß
1 TL Erdnussöl
100 g Zwiebeln gewürfelt
40 ml Sojasauce
120 ml Sahne
120 ml Creme Fraiché
80 ml Chilisauce süß
4 g Cayenne
240 g Bananen
300 g Duftreis
80 g Erdnüsse ungesalzen
Salz
Blattpetersilie

ZUBEREITUNG

1. Hähnchengeschnetzeltes in einer Pfanne scharf anbraten, herausnehmen und beiseitestellen. Champignons putzen und in Scheiben schneiden.
2. Zwiebeln schälen und würfeln. Bananen schälen und in 1 cm dicke Scheiben schneiden.
3. Nun die Champignons in der Pfanne ohne Fett heiß anbraten. Anschließend mit Erdnussöl und Zwiebelwürfel anschwitzen und mit Sojasauce ablöschen. Sahne und Creme Fraiché dazugeben und köcheln lassen. Mit Salz, Cayenne, Garam Masala und Sweet Chili Sauce abschmecken.
4. Jetzt das Geschnetzelte dazu geben und erhitzen. Zum Schluss die Bananen in das heiße Hähnchengeschnetzelte geben und nicht mehr kochen lassen.
5. Verwenden Sie die Blattpetersilie als Garnitur.



Guten Appetit!

wünscht die **BASF** Gastronomie

Wussten Sie, dass...

der Name „Fliegender Jakob“ von Ove Jacobsson kommt, dem Erfinder des Gerichtes, der im Frachtflug arbeitete?



Internal

BASF
We create chemistry