

Geflügel Rezepte

Geflügel Reis Tomaten Topf

Gattung: Geflügel, Geflügelgerichte, Gewürze, Gemüse

Hähnchenbrüste oder	1	Bd. Petersilie
-Entenfleisch	400 g	Basmati- oder Langkornreis
1 Suppenbund	1/4 Liter	Brühe
-kleingeschnitten	5	Dosentomaten
1 Gemüsezwiebel		-das Fleisch
4 Knoblauchzehen		-davon
-kleingehackt		-Salz und Pfeffer
	Nach Belieben	
Curry oder Cayennepfeffer		

Hähnchenfleisch, Putenfleisch oder Entenfleisch in mundgerechte Stücke schneiden.

Reis kochen, kleingehackte Knoblauchzehen mit Fleisch und Suppenbund in Olivenöl andünsten.

Reis begeben, Tomatenfleisch und etwas Brühe.

Alles kurz aufköcheln lassen, mit Petersilie bestreuen und servieren.

Mit Salz und Pfeffer würzen, wer möchte, nimmt noch etwas Curry oder Cayennepfeffer dazu.