



BASF

We create chemistry

Hähnchengeschnetzeltes mit Champignons, Bananen, Erdnüssen und Duftreis



40 Minuten



4 Personen



Fleisch

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.
- 5) Zum Schluss die Bananen in das heiße Hähnchengeschnetzelte geben und nicht mehr kochen lassen.
- 6) Verwenden Sie die Blattpetersilie als Garnitur.

Guten Appetit wünscht die BASF Gastronomie!

Weitere Rezepte finden Sie unter gastronomie.basf.de/rezepte

Wissenswertes

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

