

## Rezept

# Couscous mit Hähnchenbrust

Ein Rezept von Couscous mit Hähnchenbrust, am 29.03.2023

## Zutaten

<b>600 g</b> Hähnchenbrustfilet	Salz
Pfeffer	<b>1 Bund</b> Koriandergrün
<b>2 EL</b> neutrales Pflanzenöl	1/4 l Hühnerbrühe (Instant)
<b>250 g</b> Couscous (Instant)	<b>1</b> kleine Knoblauchzehe
<b>2 EL</b> Butter	<b>100 g</b> Sahne
<b>2 EL</b> Olivenöl	

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 585 kcal

## Zubereitung

1. Das Fleisch kalt abspülen, trockentupfen und in ca. 2 cm lange Streifen schneiden. Salzen und pfeffern. Koriander waschen und trockenschütteln, die Blättchen von den Stielen zupfen und fein hacken, die Stiele nicht wegwerfen.
2. Pflanzenöl in einer Pfanne erhitzen, das Fleisch darin bei mittlerer Hitze unter Rühren 5-8 Min. braten. Die Korianderstiele dazugeben und ca. 1 Min. mitdünsten. Vom Herd nehmen und zugedeckt beiseite stellen.
3. Die Brühe in einem Topf zum Kochen bringen. Den Couscous einrühren. Knoblauch schälen und durch die Knoblauchpresse dazupressen, die Butter untermischen. Topf vom Herd nehmen und den Couscous zugedeckt ca. 5 Min. quellen lassen, dann das Fleisch (ohne die Korianderstiele), Korianderblättchen, Sahne und Olivenöl untermischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken, alles nochmals unter Rühren kurz erhitzen und servieren.