

Eintopf „Feuertanz“

Kategorie: Suppe

Zubereitungszeit : 40 min

Portionen: 4

Zutaten:

- je 250 g rote und grüne Paprikaschoten
- 375 g kleine Kartoffeln
- 250 g grüne Äpfel
- 500 g Hähnchenbrustfilet
- 25 g Pflanzenfett
- etwas Salz
- etwas Curry
- 1 Prise Zucker
- 1 Prise Cayennepfeffer
- 250 ml Weißwein
- 1 Dose gebackene Bohnen in Tomatensauce (400 g)
- 1 Bund Schnittlauch

Beschreibung:

1. Die Paprikaschoten in dünne, kleine Streifen schneiden. Die Kartoffeln schälen und in dünne Scheiben schneiden. Die Äpfel ungeschält vierteln und ebenfalls in dünne Scheiben schneiden.
2. Das Hähnchenbrustfleisch in feine Streifen schneiden und in heißem Fett anbraten. Die Paprikaschoten und die Kartoffeln zum Fleisch geben und andünsten, dann die Äpfel dazugeben. Das Ganze mit Salz, Curry, Zucker und Cayennepfeffer würzen und etwa 15 Minuten bei geringer Hitze schmoren lassen.
3. Das Gemüse mit ca. 125 ml. Wasser aufgießen, Weißwein und Bohnen dazugeben. Den Eintopf kurz aufkochen und nach Belieben nachwürzen.
4. Den Schnittlauch fein schneiden und vor dem Servieren über den Eintopf streuen.

Notizen:

