

## Zutaten

- 450 g Hühnerfilet
- 2 EL Rapsöl
- 200 g Jungzwiebel
- 250 g Champignons
- 200 g Tomaten
- 100 ml Trinkwasser
- 20 g MAGGI Bouillon Gemüse KC Würfel 120g
- 10 g Honig
- 10 g Essig
- etwas Salz
- etwas Pfeffer

## Zubereitung

- Hähnchenbrustfilets trocken tupfen und mit Salz und Pfeffer würzen. In einer Pfanne THOMY Reines Rapsöl heiß werden lassen und die Hähnchenbrustfilets ca. 7 Min. von jeder Seiten braten. Herausnehmen und warm stellen.
- Frühlingszwiebeln putzen, waschen und schräg in ca. 5 cm lange Stücke schneiden. Champignons putzen und vierteln. Cocktailtomaten waschen und je nach Größe halbieren oder vierteln.
- 3. Frühlingszwiebeln und Champignons im Bratfett ca. 2 Min. dünsten. Wasser zugießen und MAGGI Gemüse Bouillon darin auflösen. Mit Honig und Balsamessig abschmecken.
- 4. Die Tomaten zum Gemüse geben und 1 Min. köcheln lassen. Hähnchenbrustfilets zusammen mit dem Balsamicogemüse auf Tellern anrichten. Dazu passt Baguette oder Ciabatta.

40,01 g

## Nährwerte

Eiweiß

(L) 33 Minuten

Kohlenhydrate 10,42 g
Energie 279,78 kcal
Fett 8,27 g