

Asiatische Hähnchenpizza

Pizza

Zutaten (4 Personen)

- » 125g Porree
- » 125g Möhre(n)
- » 125g Mungbohnsprossen
- » 1 kl. Chilischote(n)
- » 250g Hähnchenbrustfilet(s)
- » 2-3EL Öl
- » 2EL Sojasoße
- » Salz & Pfeffer
- » 1 Beutel Pizzateig (Kühlregal)
- » 100ml Asiasoße Chili
- » 80g Gratin-Käse
- » Koriander

Bewertung



Beschaffung

guten Supermarkt



Kosten

11-15€



Zubereitungszeit

61-90min

Zubereitung

Vorbereitung:

- Porree putzen, in feine Ringe schneiden
- Möhren schälen, in feine Stifte schneiden
- Sprossen waschen
- Chilischote entkernen, in feine Ringe schneiden
- Fleisch in Scheiben schneiden
- Koriander waschen, abzupfen

Fertigstellung:

- Fleisch in Öl braten
- Gemüse zufügen, kurz mitbraten
- mit Sojasoße und 3EL Wasser ablöschen
- mit Salz und Pfeffer abschmecken
- abkühlen lassen

- Teig vierteln
- vier runde Stücke ausrollen

- Blech mit Backpapier auslegen
- Teig darauf legen
- Teig mit Asiasoße bestreichen
- Fleisch-Gemüse-Mischung darauf verteilen
- Chiliringen darüber streuen
- Käse darauf verteilen
- im Ofen bei 175°C 20-30min backen
- mit Koriandergrün garnieren

Nährwerte: 510kcal/E26g/F24g/KH44g pro Portion

angelegt am: 28.08.2002

Rezept-Nr: 87

Die Rezept-Datenbank - <http://www.Rezept-Insel.de> - ©2024 M.Hennicke