Asiatische Hähnchenpizza

Pizza

Zutaten (4 Personen)

» 125g Porree
» 125g Möhre(n)
» 125g Mungbohnensprossen
» 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