

Pilzpfanne mit Couscous

Für zwei Portionen benötigst du,

- 500g Hähnchenbrustfilet
- 400g braune Champignons
- 200g Steinpilze
- 1 Schalotte
- 3 EL Sojajoghurt
- 200ml Mandelmilch
- 200g Couscous
- 250ml Wasser
- Salz
- Pfeffer
- Paprikapulver
- 1TL Agavendicksaft
- Bund Schnittlauch

Die Pilze und die Zwiebeln in Scheiben schneiden, gut würzen und mit etwas Öl scharf anbraten. Mandelmilch, Agavendicksaft und Sojajoghurt unterrühren und auf kleiner Flamme köcheln lassen bis die Soße eine cremige Konsistenz hat. Die Hähnchenfilets waschen und in kleine Stücke schneiden (2x5cm). Scharf anbraten und gut würzen. Dann das Fleisch in die Pilzpfanne geben und weiter auf kleinster Stufe köcheln lassen. 250ml Wasser kochen. Den Couscous in eine Schüssel geben, etwas salzen, mit dem kochenden Wasser übergießen und 15 Minuten ziehen lassen. Den Schnittlauch gut waschen und klein schneiden, alles schön zusammen anrichten und genießen. Guten Appetit.