

Pouletgeschnetzeltes mit Ingwer-Rahm

Zutaten

Zubereiten: ca. 30 Minuten

Für 4 Personen

600 g Pouletbrüstchen, in Würfel
geschnitten
Salz, Pfeffer
Bratbutter oder Bratcrème
1 rote Zwiebel, in Streifen geschnitten
1 TL Maisstärke
2 Orangen, Saft
½ TL Zucker
Salz, Pfeffer
3-4 Orangen, filetiert
2 dl Rahm
1 TL Ingwerwurzel, gerieben



Zubereitung

1. Poulet portionenweise würzen und in heisser Bratbutter anbraten, herausnehmen.
2. Zwiebel in Bratbutter andämpfen. Maisstärke und Orangensaft verrühren, beifügen, aufkochen. Fleisch dazugeben, 5-7 Minuten garen, würzen. Orangenfilets beifügen, erhitzen.
3. Rahm mit Ingwer flaumig schlagen.
4. Poulet in vorgewärmten Schälchen anrichten, Rahm dazu servieren.

Dazu passt Reis.