

Jägerhähnchen mit Champignons

Zutaten für 4 Personen

500 g Hähnchenbrustfilet
250 g Champignons
1 Zwiebel
6 EL Öl
Salz
Pfeffer
1 EL Mehl
300 ml Geflügelbrühe
100 ml trockener Weißwein
½ Bund Petersilie
3 EL Schmand
2 Beutel Kartoffelpüree à 3 Portionen plus 250 ml Milch



© buecherschmie.de Verlag »Ich bring' Dich zum Kochen«

Schweineschnitzel mit Tomaten-Gurken-Salat

Zutaten für 4 Personen

400 g mittelgroße Tomaten
1 Salatgurke
1 große Biozitrone
Zucker
Salz
Pfeffer
6 EL Olivenöl
½ Zwiebel
4 gehäufte EL Mehl
2 Eier (Größe M)
100 g Semmelbrösel
4 Schweineschnitzel (à ca. 180 g)
2–3 EL Butterschmalz



© buecherschmie.de Verlag »Ich bring' Dich zum Kochen«

Italienische Hackfleischspaghetti

Zutaten für 4 Personen

3 EL Olivenöl
500 g gemischtes Hackfleisch
Salz
Pfeffer
1 große Zwiebel
1 Knoblauchzehe
1 große Dose geschälte Tomaten (800 g Füllmenge)
1 TL getrockneter Rosmarin
1 EL getrockneter Oregano
400 g Spaghetti
frisch geriebener Parmesan



© buecherschmie.de Verlag »Ich bring' Dich zum Kochen«

Nudel-Gemüse-Salat mit Huhn und Erdnussauce

Zutaten für 4 Personen

2 Hähnchenbrustfilets (à ca. 200 g)
Salz
Cayennepfeffer
2 EL Öl
2 mitteldicke Möhren (ca. 250 g)
400 g Brokkoli
300 g Nudeln (z. B. kurze Makaroni oder Gabelspaghetti)
1 Biolimette
4 EL stückige Erdnusscreme
4 EL Sojasauce
1 Bund Schnittlauch



© buecherschmie.de Verlag »Ich bring' Dich zum Kochen«