



Gesamtzeit: 35 min

Schwierigkeitsgrad: einfach

Portionen: 4 Personen

Perl Couscous mit Hähnchen und Kichererbsen

Perl Couscous mit Hähnchen und Kichererbsen

300 g Al Amier Perl Couscous

2 Hähnchenbrustfilets

2 Karotten

1 Zwiebel

2 Knoblauchzehen

1 rote Paprika

1 Teelöffel Al Amier Ras el Hanout Gewürzmischung

2 Esslöffel Liakada Natives Olivenöl extra 0,5 L

1 Dose Al Amier Kichererbsen

Salz & Pfeffer

frischer Koriander

Perl Couscous mit Hähnchen und Kichererbsen

1.

Perl Couscous nach Packungsanleitung zubereiten und beiseite stellen.

Hähnchenbrustfilets, Karotten und Paprika in kleine Würfel schneiden. Zwiebel und Knoblauch fein hacken.

In einer großen Pfanne Olivenöl erhitzen und die Zwiebeln sowie den Knoblauch darin anbraten. Hähnchenbrustfilets hinzufügen und braten, bis sie gebräunt und durchgegart sind.

Karotten und Paprika hinzufügen und weitere 5 min. braten, bis das Gemüse weich ist. Dann abgespülte Kichererbsen und Ras el Hanout in die Pfanne geben. Für etwa 2-3 Minuten braten.

Perl Couscous hinzufügen und alles gut vermischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit Koriander garnieren.