



Griechische HÄHNCHEN- REISPFANNE

mit Paprika, Feta & schwarzen Oliven



4 Personen



Vorbereitung
15 Min.



Kochzeit
25 Min.



Einfach

ZUTATEN

- 600 g Hähnchenbrust
- 300 g Reis
- 2 Paprika
- 150 g Feta
- 80 g schwarze Oliven
- 1 rote Zwiebel
- Olivenöl
- Oregano
- Salz
- Pfeffer

ZUBEREITUNG

- 1 Den Reis nach Packungsanweisung in leicht gesalzenem Wasser bissfest garen. Anschließend abgießen und kurz beiseitestellen.
- 2 Währenddessen die Hähnchenbrust trocken tupfen und in mundgerechte Würfel oder Streifen schneiden.
- 3 Die Paprika waschen, entkernen und in kleine Würfel oder feine Streifen schneiden.
- 4 Die rote Zwiebel schälen und in feine Würfel oder dünne Streifen schneiden.
- 5 Die schwarzen Oliven nach Belieben halbieren oder im Ganzen lassen.
- 6 Den Feta in kleine Würfel schneiden und bis zum Servieren beiseitestellen.
- 7 Etwas Olivenöl in einer großen Pfanne erhitzen und die Hähnchenstücke bei mittlerer bis hoher Hitze rundherum etwa 5–7 Minuten goldbraun anbraten.
- 8 Die Zwiebel zum Hähnchen geben und etwa 2 Minuten glasig anschwitzen.
- 9 Anschließend die Paprikawürfel hinzufügen und weitere 4–5 Minuten mitbraten, bis sie leicht weich, aber noch bissfest sind.
- 10 Mit Oregano, Salz und Pfeffer würzen und alles gut vermengen.
- 11 Den gekochten Reis in die Pfanne geben und sorgfältig unter das Hähnchen-Gemüse mischen. Alles nochmals 2–3 Minuten erhitzen, damit sich die Aromen verbinden.
- 12 Zum Schluss die Oliven und den gewürfelten Feta vorsichtig unterheben oder direkt vor dem Servieren über die Reispfanne streuen.
- 13 Nach Belieben mit etwas frischem Oregano oder Petersilie garnieren und sofort servieren.


Tipp

Für noch mehr mediterranes Aroma kurz vor dem Servieren etwas Zitronensaft darüberträufeln und mit frischem Oregano oder Petersilie garnieren.

ALEXANDRAS
Food Lounge 

