

Pouletfleisch mit Zucchini



Pouletfleisch mit Zucchini

Zubereitungszeit:

15 Minuten (3-4 Personen)

Zutaten:

260 gr. Pouletfleisch

360 gr. Zucchini

1 grosse Tomate

1 grosse Zwiebel

4 Knoblauchzehen

Gewürzmischung:

1 TL Kurkuma

1 TL Jeera-Pulver

1 TL Dhania-Pulver

1 Poulet-Bouillon Töpflli vom Coop

3 Lorbeerblätter

15 gr. Ingwer

Zubereitungsanleitung:



Die Zutaten...



Die
Gewürzmischung...



1) Im heissem Oel,
die Zwiebel,
gepressten
Knoblauchzehen und
Ingwer hinzufügen,
rühren.



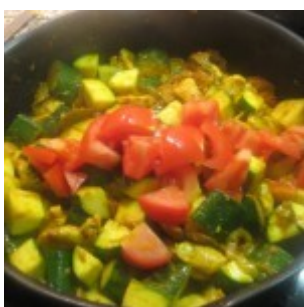
2) Die
Gewürzmischung
hinzufügen,
rühren.



3) Das Pouletfleisch
und Bouillon
hinzufügen, rühren.



4) Zucchini
hinzufügen, rühren.



5) Tomaten
hinzufügen,
rühren.



6) Mit 1 - 1 1/2 dl Wasser ablöschen,
rühren und mit zugedeckter Pfanne weitere
5 Minuten kochen lassen, gelegentlich
rühren.



7) Ig wünsche a Guete.