



## Rucola Tomaten Hähnchen

### Zutaten

- » 350 g Hähnchenbrustfilets
- » 250 g Kirschtomaten
- » 100 g Rucola
- » 1 Beutel MAGGI Ideen vom Wochenmarkt, Rucola Tomaten Hähnchen
- » 20 g Pinienkerne

### Zubereitung

1. Hähnchenbrustfilets waschen, trocken tupfen und in Streifen schneiden. Kirschtomaten waschen und halbieren. Rucola putzen, waschen und die langen Stiele abschneiden.
2. Eine beschichtete Pfanne bei höchster Wärmezufuhr erwärmen. MAGGI Ideen vom Wochenmarkt, Rucola Tomaten Hähnchen hinein geben und kurz erhitzen. Hähnchenbrustfiletstreifen dazugeben, vermengen und ca. 3 Min. braten. Dabei immer wieder wenden. Kirschtomaten und
3. Pinienkerne dazugeben, alles vermengen und bei mittlerer Wärmezufuhr ca. 3 Min. braten. Öfter wenden. Rucola unterheben.

### Ernährungsinfo pro Portion

Energie: **989 kJ (236 kcal)**  
Fett: **8 g**  
Kohlenhydrate: **9 g**  
Eiweiß: **32 g**

 **20 Minuten**

 **3 Portionen**