

## Geflügel-Couscous-Pfanne

Zubereitungszeit **30 Minuten**  
Kalorien pro Portion **443**



### Zutaten für 4 Personen

#### Aus dem Vorrat:

200 g Couscous  
2 EL Olivenöl  
6 EL Kikkoman natürlich gebraute Sojasauce

#### Frisch dazu:

500 g Hähnchenbrustfilets  
2 rote Paprikaschoten  
80 g geriebener Käse

#### Zubereitung:

1. Couscous nach Packungsanweisung zubereiten. Hähnchenbrust waschen, trocken tupfen, in Würfel schneiden und in erhitztem Öl anbraten.
2. Paprika halbieren, Kerne und Stege entfernen, Paprika waschen, ebenfalls in Würfel schneiden, dazugeben und kurz mitbraten. 3 EL Sojasauce zufügen und abgedeckt ca. 10 Minuten garen.
3. Couscous untermischen und alles mit übriger Sojasauce und Pfeffer abschmecken. Käse überstreuen, leicht anschmelzen lassen und servieren.

#### Tipps:

- Das Fleisch wird besonders aromatisch, wenn es vor dem Braten mit 3 EL der Sojasauce mariniert wird.
- Wer es gerne sehr würzig mag, wählt Bergkäse zum Bestreuen.
- Mit frischer Ananas oder Konservenware verfeinern.

- Mit aromatischer Petersilie bestreuen.

**Guten Appetit!**