

## POULETGESCHNETZELTES MIT ACAI

Zubereitungszeit:  
ca. 40 min  
Brennwert p. P.:  
450 kcal

### Zutaten

400g Pouletfleisch  
1 Teelöffel Öl (z.B. Virgin Coconut Oil)  
200g Paprikaschote  
200g Möhren  
Wasser  
20ml Milch (evtl. Magermilch)  
1-2 Teelöffel Acai-Pulver  
Gewürze: Oregano, Paprika, Salz, Pfeffer  
Gemüsebouillon

### Zubereitung

Gemüse putzen - feine Streifen schneiden.

Pouletfleisch ebenfalls in Streifen schneiden.

Eine beschichtete Pfanne mit Öl auspinseln - Fleisch darin anbraten.

Gemüse hinzufügen und mit anschwitzen.

Mit ca 2-3 dl Wasser ( und 1-2 TL Acai-Pulver ) ablöschen,

mit Gewürzen abschmecken und 15 Min. köcheln lassen.

Kurz vor dem Anrichten mit der Milch verfeinern.

Portionen anpassen – Hierzu passt am besten Basmatireis.