

Ebly-Eintopf mit Poulet

Für 4 Personen

½ l Gemüsebouillon

240 g Ebly

aufkochen

zugeben, knapp weich köcheln

wenig Bratfett oder HOLL-Rapsöl

2 Pouletbrüstchen

in einer grossen Bratpfanne erhitzen

in dünne Streifen schneiden, unter wenden 3 Min

anbraten

Salz, Zitronenpfeffer, Curry

würzen

400 g Lauch

in feine Ringe schneiden, zum Fleisch geben 1-2
Min. weiter braten

4 säuerliche Äpfel

entkernen, in Schnitzchen schneiden, mit dem
vorbereiteten Ebly in die Pfanne geben, mischen
und anbraten

Salz, Zitronenpfeffer

abschmecken, anrichten

200 g saurer Halbrahm oder

griechisches Jogurt

dazu servieren