

# Hähnchen-Gemüse-Spieße



## Mit Liebe kochen am Muttertag: Hähnchen-Gemüse-Spieße

mit Basmatireis und Kokosmilch-Soja-Soße

Mai 2015



### Zutaten

Hähnchenragout, Zucchini, rote Zwiebel, Basmatireis, große Spieße, Sesam, Frühlingszwiebeln, Knoblauch, Kokosmilch, Sojasoße, Olivenöl, Salz, Pfeffer, Alufolie, Zucker

### Nährwertangaben

Kalorien 739 Fett 33 Kohlenhydrate 73 Eiweiß 34 Ballaststoffe 6

### Allergene

Sesam, Soja, kann Spuren von weiteren Allergenen enthalten

**Zubereitungszeit** 35 min