

FAMILIEN
KOST 

OFENFRIKASSE

5 MIN
ZUBEREITUNGSZEIT



50 MIN
GESAMTZEIT

Zutaten für 4 Portionen

- 200 g Basmatireis (ungekocht)
- 450 g Buttergemüse
- 300 g Hähnchenbrust
- 200 g Frischkäse
- 900 ml Gemüsebrühe (heiß)



Zubereitung:

1. Backofen auf 200°C Ober-/Unterhitze vorheizen. Reis in einem Sieb abspülen und in eine Auflaufform geben.
2. Hähnchenbrust in Würfel schneiden und mit dem tiefgefrorenen Buttergemüse auf den Reis geben. Gemüsebrühe dazugießen und alles verrühren. Frischkäse daraufgeben
3. Ofenfrikasse 45 Minuten backen. Aus dem Ofen nehmen und alles verrühren.

Nährwerte pro Portion: 451 kcal | KH 50 g | E 31 g | F 13 g



Ein Rezept von Familienkost.de

Besuch uns gern wieder auf familienkost.de und stöbere in unserem **Shop**.

