

## Rezept

NR: 9 Fleisch

# MOAMBE mit Seasoning for chicken & Yellow Veg Originalrezept aus Kongo DR

für 4 Personen / Zeitaufwand 1 Std

### Zutaten:

- 5 dl Wasser
- 1 Zwiebel
- ½ Zitrone
- Salz
- 1 kg Poulet  
(ein ganzes Hähnchen oder Schenkel/Pouletbrust je nach Vorlieben)
- 6 Tomaten
- 2 rote Paprika
- 4 Frühlingszwiebeln
- Tomatenpüree
- 1 EL Olivenöl
- 250 g Erdnussbutter
- 350 g Basmatireis oder roter Reis
- Seasoning for Chicken & Yellow Veg



### Zubereitung:

- In einem Topf das Wasser zum Kochen bringen.
- Zwiebel fein hacken und die Zitrone in Scheiben schneiden.
- Zwiebel, Zitrone, *Seasoning for Chicken & Yellow Veg* und Poulet in den Topf geben und 20 Minuten kochen lassen. Dann das Poulet abtropfen und die Brühe einkochen lassen.
- Tomaten, Paprika und Frühlingszwiebel fein hacken, auch die grünen Enden der Frühlingszwiebeln hacken, diese jedoch beiseitelegen.
- Das Poulet in Stücke schneiden, ggf. mit *Seasoning for Chicken & Yellow Veg* nachwürzen und in Olivenöl anbraten. Das Gemüse zusammen mit Tomatenkonzentrat und 400 ml eingekochter Brühe zugeben. Umrühren und das Gericht zugedeckt ca. 30 Minuten schwach köcheln lassen.
- Den Reis in doppelter Menge Wasser köcheln, die letzten 5 min den Topf vom Herd nehmen und den Reis ziehen lassen.
- Die gehackten grünen Enden der Frühlingszwiebeln sowie die Erdnussbutter in den Topf zu dem Hähnchen geben, noch etwas köcheln und umrühren.

Anrichten, geniessen.