



## Pollo con Mole

Schritte: 13

Schwierigkeitsgrad: Mittel

### Zutaten

20 Portionen

20	Hähnchenfilets (ca. 150 g je Filet)	5 große	Zwiebeln
20	Knoblauchzehen	675 ml	Öl
	gemahlener Anis		Salz und Pfeffer
	Zimt		Zucker
5 TL	Tomatenmark	5 EL	Backkakao
1,25 kg	passierte Tomaten	250 g	gemahlene Mandeln
5 rote	Chilischoten	10	Limetten
1,25 kg	Kirschtomaten	1-2	Ananas (ca. 500g je Stück)
5	Salatgurken	3 Bund	Lauchzwiebeln (ca. 10-15 Stück)
	Koriander		

### Zubereitung

#### Zubereitung

1. Für die Mole: Zwiebeln und Knoblauch fein würfeln/hacken. Öl in einem Topf erhitzen, Zwiebeln und Knoblauch andünsten.
2. Mit Anis und jeweils 2 - 2,5 TL Salz, Pfeffer und Zimt würzen. Tomatenmark zugeben und kurz anschwitzen.
3. Backkakao mit Wasser glatt rühren und dazugeben.
4. Mandeln und passierte Tomaten einrühren und aufkochen. Ca. 20 Minuten köcheln lassen und dabei mehrmals umrühren. Warm halten.
5. Für die Vinaigrette: Chili mit Kernen in feine Ringe schneiden.
6. Salz, Pfeffer, 2,5 TL Zucker und Saft der Limetten verrühren. Chili einrühren und Öl darunterschlagen.
7. Für den Salat: Kirschtomaten waschen und halbieren.
8. Ananas schälen, vierteln und den Strunk herausschneiden. Gurke quer halbieren und mit einem Sparschäler dünne, lange Streifen abziehen.
9. Lauchzwiebeln in Ringe schneiden. Korianderblättchen abzupfen. Lauchzwiebeln, Ananas, Gurke, Tomaten und Koriander mit der Vinaigrette mischen.
10. Die Hähnchenfilets waschen, trocken tupfen und so durchschneiden, dass je 2 Schnitzel entstehen. Mit Salz und Pfeffer würzen.
11. 3 EL Öl nach und nach in einer Grillpfanne erhitzen.

- .2. Filets/Schnitzel portionsweise von jeder Seite ca. 3 - 4 Minuten braten. Mole nochmals abschmecken.
- .3. Etwas Mole auf Fleisch auftragen bzw. aufstreichen und mit Salat anrichten. Restliche Mole dazu reichen. Als Beilage passt Reis.

### **Die Zutaten für dein Lieblingsrezept findest du in deinem Selgros Markt**

Du suchst nach den passenden Zutaten für dein Lieblings-Rezept. Dann schau schnell in deinem Selgros Markt vorbei oder informiere dich über unsere Angebote.

### **Viele weitere Rezepte bei Selgros entdecken**

Wir haben für dich eine große Auswahl an Koch-, Back- und Grill-Rezepten zusammengestellt. Du kannst in unserer Rezeptsuche ganz einfach nach Schlagwörtern wie beispielsweise Hauptkomponenten oder bestimmten Zutaten suchen. Oder du lässt dich von unseren Kategorien inspirieren.

Hier findest du unter Rezept Typ alles - von alkoholfreien Cocktails, Burger, Fleischgerichten, Beilagen, Gebäck, Pasta, Salaten bis hin zu vegetarischen Gerichten. Einfach die gewünschte Kategorie anklicken und du kannst aus einer Vielzahl toller Rezepte auswählen.

Zudem findest du hier auch alle Rezepte, die wir in unseren aktuellen Angeboten haben. Ebenso bieten wir saisonale Rezepte wie Spargel- oder Erdbeerrezepte, Grill-Rezepte, Gerichte aus der herbstlichen Küche wie Flammkuchen oder Aufläufe. Unsere Rezeptwelt wird ständig um weitere tolle Gerichte und Kochideen erweitert. Es lohnt sich regelmäßig auf unserer Rezeptseite vorbeizuschauen. Wir wünschen dir viel Spaß beim Entdecken, Stöbern und Nachkochen.