



Philippinen

Der Weltgebetstag 2017 nahm die spannungsreiche Welt von Stadt und Land, Arm und Reich in den Blick. Christinnen von den Philippinen fragten uns: „Was ist denn fair?“ Gemeinsam mit ihnen setzen wir Zeichen gegen globale Ungerechtigkeit und nehmen sie jetzt in diesen Tagen fest in unser Gebet. Der Taifun „Mangkhu“ bedroht mit seinen Auswirkungen das Leben von 800 000 Menschen.

Pansit Bihon – philippinische Nudelpfanne

Zutaten für 4 Personen: 1kg Hähnchenbrustfilet

250g Reismudeln

2 Möhren

250g grüne Bohnen

250g Knollensellerie

200ml Gemüse/Hühnerfond

Sojasoße, Salz und Pfeffer zum Abschmecken

Öl zum anbraten

Zubereitung:

Hähnchenbrustfilets in mundgerechte Stücke und alles Gemüse (außer die Bohnen) in feine Streifen schneiden. Das Fleisch in Öl gut anbraten, mit dem Gemüse/Hühnerfond ablöschen, anschließend herausnehmen und ruhen lassen. Das Gemüse in den Fond geben, anschmoren und mit Salz, Pfeffer und Sojasoße abschmecken. Reismudeln kurz mit heißem Wasser separat überbrühen, entnehmen und mit dem Fleisch dem Gemüse hinzufügen. Alles gemeinsam ca. 10 Minuten bei mittlerer Hitze schmoren lassen und leicht wenden.

Magandang Gala (Tagalog - Philippinische Sprache)