

# PULLED CHICKEN

---

## Zutaten

- 350 g Pouletbrustfilet, gewürfelt
- 2 EL [Raz el Hanout](#)
- 2 EL Olivenöl
- 2 Schalotten, in Würfel
- 1.2 dl Bier oder Gemüsebouillon
- 1 EL Honig
- 1 TL [Salz](#)

## Zubereitung

Pouletbrust mit der Gewürzmischung einreiben. Eine grosse Bratpfanne mit Olivenöl erhitzen, Schalottenwürfel samt Poulet anbraten. Nach ca. 4 Minuten mit Bier oder Bouillon ablöschen, Honig und Salz zugeben, gut umrühren und mindestens eine Stunde auf sehr kleiner Stufe mit geschlossenem Deckel köcheln lassen. Immer wieder umrühren, eventuell noch mehr Bier zufügen. Das Geflügel sollte saftig bleiben und keine Kruste bekommen. Das Bratgut aus der Pfanne nehmen und kurz vor dem Servieren mit zwei Gabeln auseinanderziehen.

