

Paprika-Hähnchen

Zutaten

- 4 Hühnerbrustfilets
- 1 Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 1 EL Tomatenmark
- 3 EL Paprika
- 1 rote Paprika
- 1 grüne Paprika
- 400ml Wasser
- 1 Suppenwürfel
- 200g Sauerrahm
- 2 EL Mehl

Zubereitung

- Hühnerbrust kräftig salzen und pfeffern und in der Pfanne von allen Seiten scharf anbraten
- Fleisch aus Pfanne nehmen und auf Teller legen und mit Alufolie abdecken
- Zwiebel und Knoblauchzehen klein hacken und im Bratenrückstand andünsten
- Tomatenmark und Paprikapulver einrühren
- Paprikas in dünne Streifen schneiden und in die Pfanne geben
- Mit Wasser aufgießen und Suppenwürfel dazugeben
- Kurz aufkochen, das Fleisch wieder in die Pfanne geben und etwa 15 Minuten abgedeckt garen
- Fleisch erneut herausnehmen
- In einer Schüssel Sauerrahm und Mehl glattrühren, dann durch ein Sieb in die kochende Soße geben
- Gut einrühren, nochmals aufkochen und mit Salz und Pfeffer abschmecken
- Fleisch wieder dazugeben und etwa 5 Minuten in der Soße ziehen lassen
- Mit gekochtem Reis servieren