

Paprika Sahne Hähnchen

von Sandy_Live · Hauptgericht

ZUTATEN

Hähnchenbrustfilets , je nach

Größe

3 Paprikaschoten Rot (in Stücke
geschnitten)

1 EL Öl

1 Zwiebel (klein gehackt)

2 Knoblauchzehen (klein gehackt)

1 tl Tomatenmark

1 Becher Creme fraiche Light

130 ml Gemüsebrühe

2 El Paprika Edelsüß

1 tl Chilipulver

Salz und Pfeffer

ZUBEREITUNG

1.

Hähnchenbrust mit Salz und Pfeffer würzen und in eine
Aufflaufform geben , die Paprikastücke neben dem
Hähnchen verteilen

2.

Zwiebeln in Olivenöl anbraten

3.

Knoblauchzehe und Tomatenmark zu den Zwiebeln
geben und kurz anrösten. Mit Creme fraiche und der
Gemüsebrühe ablöschen und etwas köcheln lassen.

4.

Die Sauce abschmecken und dann über das
Hähnchen und Paprika geben.

5.

Im Backofen bei 180° Ober Unterhitze ca 30 min
garen.