Deftige Hähnchenbrust mit Reis

<u>Zutaten</u>
3 Hähnchenbrüste
2 rote Paprika
1 Zwiebel
300g frische Champignons
2 Gewürzgurken oder 4 - 6 kleine
120g geräucherter Speck
60g Tomatenmark
4 EL Gurkenwasser
300ml Hühnerbrühe (Instand)
200ml Schmand
Salz, Pfeffer und etwas Cayenne Pfeffer

www.witt-pc.de

So funktioniert es!

Speck würfeln. Zwiebel schälen und in 3 – 4 mm Streifen schneiden, Paprika entkernen und auch in ca. 8 – 10 mm breite Streifen schneiden.
Gurken in feine Scheiben, Champignons in grobe Scheiben schneiden

Ab in die Pfanne!

Angefangen mit dem Speck. Den etwas auslassen und die Zwiebeln dazu geben.
So lange braten bis die Zwiebel schön glasig sind.
Die Gurken dazu geben und mit dem Gurkenwasser ablöschen.
Paprika dazu geben und alles zusammen weiter dünsten.
Champignons, wenn die Paprika schon ein paar Minuten gedünstet ist, mit in die Pfanne geben.
Das Tomatenmark und Schmand mit in die Pfanne geben und alles bei mittlerer Hitze, weiter dünsten
Die Brühe, angießen und einmal aufkochen lassen.
Mit Salz, Pfeffer und eine Prise Cayenne Pfeffer würzen.

Hähnchenbrust vorbereiten und Backofen auf 200C vorheizen!

Die Hähnchenbrust, einmal durchschneiden, sodass wir 6 etwa gleich große Stücke haben.
Mit Salz und Pfeffer würzen.
Nebeneinander in die Ofenhexe legen, die Soße darüber geben und das Gemüse gleichmäßig auf dem Fleisch verteilen.

Ab in den Ofen und zeitgleich den Reis kochen!

Für 25 – 30 Minuten die Hähnchenbrust backen
In dieser Zeit garen wir den Reis für 20 -22 Minuten, im kleinen Zaubermeister, in der Mikrowelle
1 Teile Reis, 2 Teile Wasser und 1 TL Salz.

Guten Appetit!

Peter Witt selbstständiger Direktor bei Pampered Chef Flurweg 7, 86871 Rammingen Tel. 0171 46 58 481