Geflügelragout mit Zwiebeln und Lauch

Fleisch-Gerichte » Hähnchen

Zutaten (2-3 personen)

» 300g Hähnchenbrustfilet(s)
» 21/2TL Honig
» 400g Lauchzwiebel(n)
» 1 Zwiebel(n)
» 2-3EL Schlagsahne
» 1TL Rosa Beeren
» 2EL Öl
» 1 Pk. Fix für Puten-Geschnetzeltes

Bewertung

Beschaffung
guten Supermarkt

Kosten
6-10€

Zubereitungszeit
bis 30min

Rezept-Foto

Zubereitung

1. Hähnchenbrustfilet in große Würfel schneiden. Mit 1/2TL Honig bestreichen, leicht salzen und pfeffern. Lauch putzen, waschen und in kleine Stücke schneiden. Zwiebel schälen und in Würfel schneiden.

2. Hähnchen in 2EL heißem Öl von allen Seiten anbraten. Lauchstücke und Zwiebelwürfel dazugeben und andünsten.

3. 300ml Wasser zugießen, Knorr Fix für Puten-Geschnetzeltes einrühren, unter Rühren aufkochen und bei schwacher Hitze 5min kochen lassen. Mit Sahne, 1-2TL Honig abschmecken und nach Belieben rote Pfefferkörner zugeben.

Dazu schmecken Spätzle oder Reis.

Nährwerte: 415kcal/E40g/F20g/KH17g pro Portion

angelegt am: 05.07.2003 Rezept-Nr: 437

Die Rezept-Datenbank - http://www.Rezept-Insel.de - ©2024 M.Hennicke