Hühnergulasch

Wenn es schnell gehen und trotzdem köstlich schmecken soll: Hühnergulasch in delikater Sauce.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 15 min

Koch/Backzeit: 25 min

Gesamtzeit: 40 min

Zutaten

650 g	Hühnerbrustfilets
2 Stk.	Paprika (rote)
3 Stk.	Zwiebel
300 ml	Hühnerbrühe
2 EL	Tomatenmark
3 TL	Paprikapulver
125 ml	Sauerrahm
1 EL	Mehl
1 Prise	Salz
1 Prise	Pfeffer

Zubereitung

1. Für das Hühnergulasch zu Beginn die Hühnchenfilets trockentupfen und in mundgerechte Würfel schneiden. Die Paprika waschen, putzen, Stiel und Kerne entfernen, in feine Streifen schneiden. Die Zwiebeln pellen und fein hacken.

2. Eine große Pfanne mit Öl erhitzen. Die Fleischstücke bei mittlerer Hitze von allen Seiten anbraten. Die gehackten Zwiebeln zufügen und einige Minuten mitbraten. Schließlich die Paprikastücke zufügen und ebenfalls mitbraten.

3. Tomatenmark und Paprikapulver einrühren, kurz anrösten, dann mit der Brühe ablöschen. Deckel aufsetzen und bei niedriger Temperatur einige Minuten schmoren lassen, sodass die Paprika noch Biss hat.

4. Sauerrahm in eine Tasse geben und mit dem Mehl glattrühren. Unter das Gulasch rühren,

noch einmal mit den Gewürzen abschmecken.

Tipp

Das Hühnergulasch mit Reis oder Couscous servieren. Auch Hirsebrei oder Kartoffelpüree passen gut dazu.