

Geflügelragout mit Zwiebeln und Lauch

Fleisch-Gerichte » Hähnchen

Zutaten (2-3 personen)

- » 300g Hähnchenbrustfilet(s)
- » 2 1/2 TL Honig
- » 400g Lauchzwiebel(n)
- » 1 Zwiebel(n)
- » 2-3 EL Schlagsahne
- » 1 TL Rosa Beeren
- » 2 EL 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 1/2 TL Honig bestreichen, leicht salzen und pfeffern. Lauch putzen, waschen und in kleine Stücke schneiden. Zwiebel schälen und in Würfel schneiden.
2. Hähnchen in 2 EL 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, 1-2 TL 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