

Curry-Hähnchen-Auflauf

Aufläufe » Geflügel-Aufläufe

Zutaten (4 Personen)

- » 2 Stangen Porree
- » 1 gr. Dose Aprikose(n)
- » 20g Butter/Margarine
- » 4 Hähnchenbrustfilet(s)
- » Salz & Pfeffer
- » 200g Schlagsahne
- » 1-2TL Instant-Hühner-Brühe
- » 1 Pk. Curry-Soße
- » 30g Mandelsplitter
- » Petersilie

Bewertung



Beschaffung

guten Supermarkt



Kosten

6-10€



Zubereitungszeit

31-60min

Zubereitung

1. Porree in Ringe schneiden. Aprikosen auf einem Sieb abtropfen lassen, Saft dabei auffangen. Aprikosen in Spalten schneiden. Fett in einer Pfanne erhitzen, Hähnchenfilets darin von jeder Seite ca. 2min kräftig anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen, herausnehmen.

2. Bratensatz mit Sahne, 1/4l Wasser und ca. 5EL Aprikosensaft ablöschen. Aufkochen lassen. Suppe und Currysoßenpulver einrühren und kurz aufkochen lassen. Topf vom Herd nehmen.

3. Porree und Aprikosen in einer gefetteten Auflaufform verteilen, Hähnchenfilets darauf legen. Currysoße darüber gießen und mit Mandelstiften bestreuen. Den Auflauf im vorgeheizten Ofen bei 175°C 35-40min goldbraun backen. Auflauf etwas ruhen lassen und nach Belieben mit Petersilienblättchen garniert servieren.

Nährwerte: 510kcal/E34g/F33g/KH19g pro Portion

angelegt am: 21.06.2003

Rezept-Nr: 391

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