

# Hähnchengeschnetzeltes mit Paprika und Tomatenmark



## Zutaten für 3 Personen:

300 g Hähnchenbrust

1 EL Speisestärke

Salz, Pfeffer aus der Mühle

3-4 EL neutrales Öl

je 1/2 rote, gelbe und grüne  
Paprika (je ca. 75 g)

150 ml kräftige Gemüsebrühe  
(1 TL Brühpulver)

3 EL Tomatenmark

1. Paprika putzen, in  
Streifen schneiden und in  
einer großen,  
beschichteten Pfanne in 2  
EL neutralem Öl bei  
mittlerer Hitze ca. 10 min  
braten.

2. Hähnchenbrust in  
Streifen schneiden. In  
einer Gewürzmischung  
aus 1 EL Speisestärke, 1  
TL Salz und frisch  
gemahlenem Pfeffer  
wälzen. In einer separaten  
Pfanne in neutralem Öl  
braten. In Alufolie warm  
stellen.

3. In eine Tasse kräftige  
Gemüsebrühe 3 EL  
Tomatenmark einrühren.  
In die Paprikapfanne  
geben, kurz aufkochen,

mit Paprika edelsüß und  
mit Rosenpaprika würzen.

4. Fleisch zugeben und  
wieder erwärmen. Nach  
Bedarf noch etwas  
Wasser zugeben.

## Schlagworte:

mittel, Zubereitung ca. 30  
min, Hauptspeisen, Fleisch,  
Geflügel, Huhn, mediterran

Rezept: Kerstin, Foto:  
Walter  
Stand 29.06.2017