



Hähnchen in cremiger Senfsauce

mit knusprigen Ofenkartoffeln



30-40min



2 Personen

Wer bei Senfsauce gleich an hart gekochtes Ei denkt, der verpasst womöglich was. Uns fallen dazu nämlich sogleich zartes Hähnchenfleisch, knackige Paprika und knusprig-krosse Kartoffeln aus dem Ofen ein. Na, wie klingt das? Richtig: Lecker!

Was du von uns bekommst

- 500g mehligkochende Kartoffeln
- 1 Päckchen „Sieglindes Erdäpfelgewürz“
- 1 grüne Paprika
- 1 rote Zwiebel
- 1 Packung Hähnchenbrustfilet
- 1 Päckchen Hühnerbrühwürz
- 1 Päckchen edelsüßes Paprikapulver
- 1 Packung Sojasahne⁶
- 1 Päckchen mittelscharfer Senf¹⁰

Was du zu Hause benötigst

- Salz und schwarzer Pfeffer
- Olivenöl

Küchenutensilien

- Backofen
- Backblech und Backpapier
- große Pfanne
- Messbecher

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

Allergene

Sojabohnen (6), Senf (10). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 698kcal, Fett 35.1g, Kohlenhydrate 50.8g, Eiweiß 39.8g



1. Kartoffeln rösten

Den Backofen auf 220°C Umluft (240°C Ober-/Unterhitze) vorheizen. Die **Kartoffeln** je nach Größe halbieren oder vierteln, mit der **Gewürzmischung** und 1-2EL Olivenöl vermengen und auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech verteilen. Im Ofen 25-30Min. rösten, bis die **Kartoffeln** goldbraun und leicht knusprig sind.



2. Paprika schneiden

Währenddessen die **Paprika** vierteln, entkernen und in 1-2cm große Würfel schneiden. Die **Zwiebel** schälen, halbieren und in feine Würfel schneiden.



3. Fleisch vorbereiten

Das **Fleisch** mit etwas Küchenkrepp trocken tupfen und in 2-3cm große Würfel schneiden. Mit Salz und Pfeffer würzen.



4. Fleisch anbraten

Das **Fleisch** in einer großen Pfanne mit 1-2EL Olivenöl bei starker Hitze 2-3Min. scharf anbraten. Die **Zwiebeln** und die **Paprika** hinzugeben und bei mittlerer Hitze 2-3Min. mitbraten.



5. Sauce ansetzen

Das **Brühwürz** in die Pfanne bröseln und das **Fleisch** mit dem **Paprikapulver** nach Geschmack würzen. Mit ca. 150ml Wasser ablöschen und die **Sauce** 6-8Min. bei niedriger Hitze köcheln lassen, dabei gelegentlich umrühren.



6. Sauce fertigstellen

Die **Sojasahne** unterrühren und alles noch 2-3Min. sanft köcheln lassen, bis das **Fleisch** gar ist. Den **Senf** unter die **Sauce** mischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die **Kartoffeln** nach Geschmack mit Salz würzen. Das **Fleisch** und die **Sauce** mit den **Ofenkartoffeln** anrichten und servieren.