



Hähnchen in cremiger Senfsauce

mit knusprigen Ofenkartoffeln



30-40min



3-4 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

- 2 grüne Paprika
- 1 rote Zwiebel
- 1kg festkochende Kartoffeln
- 1 Päckchen Bratkartoffelgewürz
- 1 Packung Hähnchenbrustfilet
- 1 Päckchen Hühnerbrühwürz
- 1 Päckchen edelsüßes Paprikapulver
- 1 Packung Sojasahne ⁶
- 2 Päckchen körniger Senf ¹⁰

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 579kcal, Fett 22.0g, Kohlenhydrate 51.2g, Eiweiß 44.0g



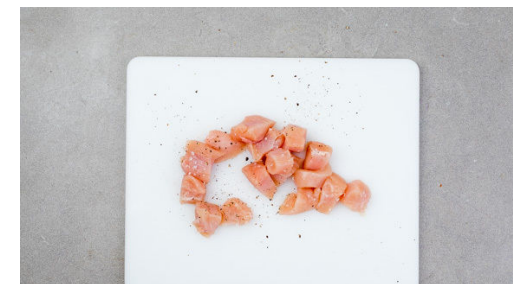
1. Paprika schneiden

Den Backofen auf 220°C Umluft (240°C Ober-/Unterhitze) vorheizen. Die **Paprika** vierteln, entkernen und in 1-2cm große Würfel schneiden. Die **Zwiebel** schälen, halbieren und in feine Würfel schneiden.



2. Kartoffeln rösten

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.



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** und das **Paprikapulver nach Geschmack** unterrühren, dann mit ca. 200ml Wasser ablöschen und die **Sauce** 6-8Min. bei niedriger Hitze sanft köcheln lassen, dabei gelegentlich umrühren.



6. Sauce fertigstellen

Die **Sojasahne** unterrühren und die **Sauce** noch 2-3Min. köcheln lassen, bis das **Fleisch** gar ist. Die **Sauce** mit dem **Senf** sowie Salz und Pfeffer abschmecken. Die **Kartoffeln** nach Belieben mit Salz würzen. Das **Fleisch** und die **Sauce** mit den **Kartoffeln** anrichten und servieren.