

Hähnchen-Geschnetzeltes in Ajvar-Sahne aus dem Ofen

Für 4 Portionen

700 g Hähnchenfilets	1 Glas Ajvar	2 Knoblauchzehen
2 Zwiebeln	400 g Paprikaschoten, rote	3 TL Gemüsebrühepulver
250 ml Cremefine	200 g Crème-fraîche	1 TL Salz
$\frac{1}{2}$ TL Pfeffer	2 TL Öl oder Butter	2 TL Paprikapulver
Sojasauce		

Das Hähnchenfilet in etwas größere, aber noch mundgerechte Stücke schneiden und mit einem TL Öl, etwas Salz, einem Teelöffel Paprikapulver, Pfeffer und evtl. Sojasauce, wenn man den Geschmack mag, geht aber auch prima ohne, mischen und beiseitestellen.

Den Backofen auf 200 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Eine Auflaufform fetten.

Den Knoblauch fein würfeln. Die Zwiebeln nicht ganz so fein würfeln und die roten Paprikaschoten, noch gröber schneiden. Alles in die Auflaufform geben.

Sahne, Creme fraîche, das Gemüsebrühepulver, 1 TL Paprikapulver, Ajvar, Pfeffer, Salz gut verrühren und kräftig abschmecken. Das Fleisch und die Paprikacreme in der Form mit dem Gemüse mischen.

Den Ofen auf 175 °C Umluft schalten und die Auflaufform für 45 Minuten in das untere Drittel des Ofens stellen. Zwischendurch nachsehen, da die Paprika leicht verbrennt.

Die Menge ist für zwei Erwachsene und zwei Schulkinder gedacht, wenn es beispielsweise Nudeln oder Spaghetti dazugibt. Bei 4 guten, hungrigen Essern sollte vielleicht noch ein großer Salat dazugereicht werden, damit alle satt werden.

Tipp:

Alles vorrichten und die Zeitschaltuhr vom Ofen nutzen, sodass es beim Heimkommen noch 15 Min. sind, dann ist Zeit für Salat und Tischdecken und es kann nichts verbrennen.

NN am 19. Mai 2024