Hähnchen-Gulasch mit Paprika

Für 4 Portionen:

600 g Hähnchenbrustfilet	2 große Zwiebeln	3 Paprika (rot, grün, gelb)
3 Knoblauchzehen	400 ml Hühnerbrühe	2 EL Paprikapulver
1 TL Kreuzkümmel	2 EL Olivenöl	1 EL Tomatenmark
1 TL Salz	1/2 TL Pfeffer	1 Bund Petersilie

Die Hähnchenbrust in würfelförmige Stücke zu schneiden.

Die Zwiebeln schälen und in feine Würfel schneiden. Die Paprika entkernen und in Streifen schneiden. Den Knoblauch schälen und ebenfalls fein hacken.

1 EL Olivenöl in einer großen Pfanne oder einem Schmortopf erhitzen, die Hähnchenstücke hineingeben und bei mittlerer Hitze anbraten, bis sie goldbraun sind (5-7 Minuten).

Zwiebeln und Knoblauch hinzufügen und mitbraten, bis sie weich und leicht glasig sind, etwa 3 Minuten.

Paprika-Streifen hinzugeben und umrühren. mit Paprikapulver und Kreuzkümmel würzen. Tomatenmark gleichmäßig einrühren.

Hühnerbrühe dazugeben und die Mischung zum Kochen bringen.

Die Hitze reduzieren und das Gulasch bei niedriger Temperatur etwa 30 Minuten bei gelegentlichem Umrühren köcheln lassen; danach mit den Gewürzen, Salz und Pfeffer abschmecken, weitere 5 Minuten köcheln.

Das Hähnchengulasch vom Herd nehmen und mit frisch gehackter Petersilie garnieren.

NN am 23. September 2025