

Hähnchen-Curry

GESCHNETZELTES

aus dem Ofen



Für
4 PERSONEN



EINFACH • AROMATISCH • FAMILIENLIEBLING ♥

Zartes Hähnchen, bunte Paprika und cremige Currysoße – alles kommt ungekocht in den Ofen. Einfach, lecker & perfekt für die ganze Familie!



ZUTATEN (für 4 Personen)

Für das Fleisch

- 500 g Hähnchenbrust
- 2 EL Hähnchengewürz oder Salz, Pfeffer, Paprikapulver und etwas Currypulver
- etwas Öl zum Marinieren

Außerdem

- 125 g rohe Schinkenwürfel
- 2–3 Zwiebeln
- 3–4 Spitzpaprika
- nach Belieben 1–2 Knoblauchzehen

Für die Currysoße

- 200 ml Gemüsebrühe
- 300 ml passierte Tomaten
- 100 ml Sahne
- 3–4 EL Curry Ketchup (oder etwas weniger)
- alternativ Currypulver statt Curryketchup
- 2–3 EL italienische Kräuter



ZUBEREITUNG

- 1 Die Hähnchenbrust in mundgerechte Würfel schneiden.
- 2 Mit dem Hähnchengewürz und etwas Öl gründlich vermengen.
- 3 Das Fleisch etwa 1 Stunde im Kühlschrank marinieren lassen.
- 4 Die Zwiebeln schälen und in feine Ringe schneiden.
- 5 Die Spitzpaprika waschen, entkernen und in Scheiben schneiden.
- 6 Wer möchte, hackt zusätzlich den Knoblauch fein.
- 7 Die quadratische Ofenhexe oder eine andere Auflaufform leicht einfetten.
- 8 Das marinierte Hähnchenfleisch gleichmäßig in der Form verteilen.
- 9 Anschließend die Spitzpaprika darübergerben.
- 10 Danach die Zwiebelringe gleichmäßig verteilen.
- 11 Zum Schluss die Schinkenwürfel darüberstreuen.
- 12 Für die Soße Gemüsebrühe, passierte Tomaten, Sahne, Curryketchup und die italienischen Kräuter in einem Messbecher verrühren.
- 13 Die Currysoße gleichmäßig über Fleisch und Gemüse gießen. Bei Verwendung der quadratischen Ofenhexe den Deckel aufsetzen. Das Hähnchen-Curry-Geschnetzeltes aus dem Ofen im kalten Backofen bei 200–220 °C Ober-/Unterhitze etwa 35 Minuten garen. Bei einer normalen Auflaufform den Backofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen und das Gericht etwa 25–30 Minuten backen.
- 14 Vor dem Servieren nochmals abschmecken und nach Belieben mit frischer Petersilie garnieren.



TIPP: Dazu passt Reis, Baguette oder ein knackiger grüner Salat.



Guten Appetit!

