Paprika-Sahne-Hähnchen mit Reis

Zeit gesamt
30min

Zubereitungszeit
15min

Schwierigkeit
Einfach

Zutaten

für 4 Portionen

Petersilie, frisch	1 Bund
Zwiebeln, gelb	1 St.
Butter	1 EL
Paprika, rot	1 St.
Paprika, gelb	1 St.
Hähnchenbrustfilets	800 g
Langkornreis	300 g
Gemüsebrühe	1 L
Speisestärke	20 g
Schlagsahne	200 ml
Tomatenmark	1 EL
Paprika, edelsüß	3 TL
Salz	0.5 TL
Pfeffer, schwarz gemahlen	0.25 TL

Zubereitung

Küchenutensilien

kleine Schüssel, SILVERCREST Monsieur Cuisine (Connect und Smart)

1. Petersilie waschen, trocken schütteln, Blätter von den Stielen zupfen und im Mixbehälter mit eingesetztem Messbecher 8 Sek./Stufe 6 zerkleinern. Petersilie umfüllen und Mixbehälter ausspülen.

2. Zwiebel schälen, halbieren und im Mixbehälter mit eingesetztem Messbecher mit der Turbo-Taste 1 Sek. zerkleinern. Mit dem Spatel an der Innenwand des Mixbehälters nach unten schieben. Weiche Butter dazugeben und Zwiebelstücke ohne eingesetzten Messbecher mit der Anbrat-Taste 2 Min./110 °C dünsten.

3. Paprika vierteln, entkernen, innen und außen waschen und ohne Stielansatz in 0,5 cm breite Streifen schneiden. Hähnchenbrustfilets trocken tupfen und in 1,5 cm breite Streifen schneiden.

4. Die Hähnchenstreifen in einer Schüssel mit 2 Teelöffeln edelsüßem Paprikapulver, ½ Teelöffel Salz und ¼ Teelöffel Pfeffer vermengen und mit den Paprikastreifen im tiefen Dampfgaraufsatz und im flachen Dampfgareinsatz verteilen.

5. Kocheinsatz in den Mixbehälter einhängen und mit Reis befüllen. Heiße Gemüsebrühe über den Reis in den Mixbehälter gießen. Flachen Dampfgareinsatz in den tiefen Dampfgaraufsatz einhängen, Dampfgaraufsatz auf den Mixbehälter setzen, verschließen und mit der Dampfgar-Taste 10 Min. garen. Dampfgaraufsatz verschlossen abnehmen, Kocheinsatz herausnehmen und beides beiseitestellen.

6. Speisestärke mit 2 EL kaltem Wasser verrühren, zusammen mit Sahne, Tomatenmark und 1 TL Paprikapulver zur Gemüsebrühe in den Mixbehälter geben und ohne eingesetzten Messbecher 5 Min./Stufe 3/130 °C einkochen. Sauce mit Salz und Pfeffer abschmecken und Gewürze mit eingesetztem Messbecher 10 Sek./Stufe 3 unterrühren.

7. Reis, Hähnchen- sowie Paprikastreifen auf Tellern verteilen. Mit Sahnesauce und mit Petersilie bestreut servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	811 kcal
Kohlenhydrate	83 g
Eiweiß	52 g
Ballaststoffe	6 g
Fette	28 g