



Hähnchen-Steaks Paprika mit Paprikagemüse und Reis

Zutaten für 4 Personen:

2 Pack.	Hähnchen-Steaks
	Paprika
je 2	Paprika, rot, grün, gelb
4	Frühlingszwiebeln
1 Dose	Tomaten (400 g)
2 EL	Schmand
125 ml	Gemüsebrühe
250 g	Reis
n. B.	Salz, Pfeffer,
n. B.	Paprikapulver edel-süß



Und so einfach geht's:

Paprika entkernen, in Stücke schneiden und in der Pfanne anbraten. Die Tomaten hinzufügen und mit der Gemüsebrühe ablöschen. Die klein geschnittenen Frühlingszwiebeln dazu geben. Anschließend würzen, einmal aufkochen lassen und auf kleiner Flamme etwa 10 Minuten köcheln lassen. Zum Schluss den Schmand unterrühren. Reis nach Packungsanleitung kochen. Die Hähnchensteaks in etwas Öl ca. 6 Minuten je Seite bei mittlerer Hitze in der Pfanne gut durchbraten. Die Steaks zusammen mit dem Reis und dem Paprikagemüse servieren.

Bernard Matthews wünscht Ihnen einen guten Appetit!