

Senfhähnchen mit Wintergemüse

für 4 Personen, Zeitaufwand ca. 25min



<u>Zutaten</u>	<u>Zubereitung</u>
<ul style="list-style-type: none">• Öl• 4 Hähnchenbrüste oder –schenkel• 2 Zwiebeln• 2 Karotten• 2 TL Senf• 500 ml Gemüsebrühe• Petersilie, Thymian• 400 ml Sahne• Grünes Gemüse nach Belieben, z.B. grüne Bohnen oder Erbsen• Salz und Pfeffer	<ol style="list-style-type: none">1. Öl in einer Pfanne mit hohem Rand erhitzen und Hähnchen anbraten.2. Zwiebeln schälen und klein schneiden. Karotten waschen, schälen und in Scheiben schneiden.3. Gemüsebrühe anrühren und Senf hineingeben. Gemüsebrühe-Senf-Mischung in Pfanne geben.4. Petersilie und Thymian klein schneiden und dazugeben. Mit Deckel abdecken und für 20-30 Minuten köcheln lassen.5. Hähnchen herausnehmen und Sahne in die Pfanne geben. Aufkochen und die Soße etwas andicken lassen. Jetzt auch nach Belieben die grünen Bohnen o. Erbsen dazu geben und 5 Minuten mit köcheln lassen.6. Das Hähnchen mit der Sauce servieren. Dazu passt gut Reis oder Kartoffeln.

Aus: Jack Monroe, A Girl Called Jack, 100 Delicious Budget Recipes (übersetzt)