

Das aktuelle Rezept von Petra Fahje
vom Land-Frauen KreisVerband Segeberg e. V.

<https://www.kreislandfrauen-segeberg.de/>

In unserer Reihe „Mahlzeit! MarktTreff“ verraten MarktTreff-Köchinnen und -Köche sowie LandFrauen einige ihrer Lieblings-Rezepte: typische Gaumenfreuden aus dem echten Norden, einfach nachzukochen oder nachzubacken, meist mit regionalen Zutaten, die es in vielen der MarktTreff-Dorfläden zu kaufen gibt. Heute:

Ofensuppe

Die Feier wird etwas größer, zur Party kommen viele Gäste? Dann ist das Rezept von Petra Fahje, der 1. Vorsitzenden des Land-Frauen KreisVerbandes Segeberg, genau das richtige. Einfach zuzubereiten und nahezu mit Erfolgsgarantie. Viel Spaß beim Kochen!



Zutaten (Menge für 10-12 Personen):

- 1,5 kg Hähnchenbrustfilet
- 750 g gewürfelte Zwiebeln
- 1 Dose Ananasstücke (320 g)
- 1 Glas Tomatenpaprika (300 g)
- 3 Gläser Champignons in Scheiben (500 g)
- 500 g TK Erbsen
- 2 Dosen Mais
- 2 Packungen Currysoße
- 4 TL Gemüsebrühe
- 3 TL Salz
- 1 TL Pfeffer
- 3 EL Currypulver
- 2 EL Paprika edelsüß
- 600 ml Sahne
- 2 Flaschen Paprikasoße

So wird's gemacht:

Hähnchenbrustfilet in Würfel schneiden und in einen Bräter geben. Darauf die Zwiebelwürfel, die Ananasstücke mit Saft, die gewürfelten Tomatenpaprika mit Flüssigkeit, Champignons, Erbsen und den Mais geben.

Currysoßenpulver, Gemüsebrühe und Gewürze in 1,5 Liter Wasser anrühren, in den Bräter geben und mit den Zutaten verrühren. Den Bräter für 100 Minuten in den Backofen bei circa 165 Grad schieben. Danach die Sahne und die Grillsoße dazugeben und das Ganze für weitere 30 Minuten garen. Wer es würziger mag, kann bei den Grillsoßen auch variieren und Salsa- oder Chilisoße verwenden.

Lassen Sie es sich schmecken: Mahlzeit! MarktTreff