



Ungarisches Paprikahuhn

Zutaten (für vier Portionen):

4 Hähnchenschenkel (mit Rückenstück)
Salz
Paprikapulver
1 EL Butterschmalz
2 Spitzpaprika rot
2 grüne Paprika
2 rote Zwiebeln
3 Knoblauchzehen
2 Tomaten
2 EL Mehl
2 EL Paprikamark
100 ml Geflügelbrühe
2 Zitronen (unbehandelt)
250 g saure Sahne

Sowie

250 g ungarische Eiergrauen (alternativ Reis oder Spätzle)
1 EL Butter
Petersilie

Zubereitung (30 Minuten, ohne Garzeiten):

Die Hähnchenschenkel salzen, in Paprikapulver wenden und in Butterschmalz sanft anbraten. Herausnehmen und in diesem Fett grob geschnittene Paprika und fein gewürfelte Zwiebeln zusammen anbraten. Knoblauchzehen und geviertelte Tomaten mitbraten. Mit Mehl abstäuben, dann zwei Esslöffel Paprikamark zugeben und anschwitzen. Ablöschen mit Geflügelbrühe. Einmal aufkochen lassen, dann die Schenkel wieder einlegen. Entweder im geschlossenen Topf mindestens 30 Minuten köcheln lassen – oder im Schnellkochtopf für circa zehn Minuten.

In dieser Zeit die Eiergrauen rund acht Minuten in Salzwasser garen. Danach abschütten, in brauner Butter schwenken, salzen und grob gezupfte Petersilie zugeben.

Das Paprikahähnchen mit den Eiergrauen anrichten. Die Sauce kurz vor dem Servieren mit Zitronenabrieb, -saft und saurer Sahne abschmecken. Nicht vollständig verrühren.

Nährwerte pro Portion:

780 kcal – 37 g Fett – 48 g Eiweiß – 61 g Kohlenhydrate