

Kartoffel-Lauch-Eintopf mit Hähnchenfilet

Zutaten

(für 4 Personen):

600 g Hähnchenfilet
1 kg Kartoffeln
4 Möhren
2 EL Butter
2 L Gemüsebrühe
2 Stangen Lauch
200 ml Sahne
1 TL Muskat
Salz und Pfeffer
1 EL Öl
Petersilie



Nährwerte:

Pro Portion ca. 577 kcal, 20 g Fett, 52 g Kohlenhydrate, 41 g Eiweiß

Zubereitungszeit:

circa 45 Minuten

Kartoffel-Lauch-Eintopf mit Hähnchenfilet

Zubereitung:

1. Zuerst die Kartoffeln und Möhren schälen und in kleine Würfel schneiden. Anschließend beides in der Butter circa 3 bis 5 Minuten andünsten.



2. Als nächstes die Brühe angießen und 20 Minuten köcheln lassen, bis das Gemüse fast gar ist.



3. Dann den Lauch putzen, in Scheiben schneiden und unterheben. Die Sahne einrühren und alles weitere 5 Minuten köcheln lassen.



Kartoffel-Lauch-Eintopf mit Hähnchenfilet

4. Eintopf mit Muskat und Salz und Pfeffer abschmecken.



5. Jetzt die Hähnchenfilets würfeln und in dem Öl von allen Seiten...



6. ...circa 5 bis 7 Minuten goldbraun anbraten und unter den Eintopf heben.



7. Kartoffel-Lauch-Eintopf mit Hähnchenfilet mit Petersilie toppen und

Kartoffel-Lauch-Eintopf mit Hähnchenfilet

genießen.



Achten Sie auf die deutsche Herkunft!

D
Schlupf

D
Aufzucht

D
Verarbeitung

Einkaufstipp

Heimische, nachhaltige und nach hohen Standards erzeugte Lebensmittel sind dir wichtig? Dann achte beim Einkauf von Geflügelfleisch auf die „D“s auf der Verpackung: diese garantieren dir Geflügelfleisch aus Deutschland.

Weitere Informationen rund um Geflügelfleisch aus Deutschland sowie viele leckere Rezepte finden Sie auf www.deutsches-gefluegel.de