

Zutaten für 4 Portionen

- 600-800g Hähnchensteaks
- 1-2 TL Öl
- 2 Gurken
- etwas Johannisbrotkernmehl
- 100 ml Seitenbacher klare Suppe
- 150 ml Milch 0,1%-0,3%Fett
- 1 TL Dijon Senf
- 1 Handvoll Dill
- Schale einer Zitrone
- Salz, Pfeffer, Paprikapulver
- 1 TL ÖL

Hähnchensteaks mit cremigem Gurkengemüse

Die Gurken längst halbieren, entkernen und in kleine Stücke schneiden. Die Gurkenstücke anbraten, 1 TL Johannisbrotkernmehl zugeben und mit der Gemüsebrühe und der Milch ablöschen und etwas einkochen lassen. Zum Schluss Senf und fein gehackten Dill zugeben, mit Salz, Pfeffer und Zitronenschale abschmecken.

Die Hähnchensteaks würzen, mit 1 TL Öl von jeder Seite gut durchbraten und zusammen mit dem Gurkengemüse servieren.

Guten Appetit!