



1. Als erstes schneiden wir das Fleisch in kleine Streifen und braten es in der Pfanne an. Gerne nach Belieben würzen.
2. Die Zwiebel schälen und in kleine Würfel schneiden.
3. Butter in einen kleinen Topf geben und die Zwiebel darin anbraten.
4. Mehl hinzufügen und die ganze Zeit rühren, bis es leicht goldbraun wird. Danach das Tomatenmark hinzugeben und kurz mit anschwitzen.
5. Mit dem Sahneersatz ablöschen und die Brühe dazugeben. Die Sauce aufkochen, dabei die ganze Zeit rühren, und dann bei mittlerer Hitze etwa fünf Minuten köcheln lassen, bis sie leicht eindickt.
6. Die Sauce einmal fein pürieren.
7. Jetzt geben wir die Rahmsauce zum Fleisch und lassen das Ganze noch 3–4 Minuten köcheln.
8. Mit Reis oder Nudeln anrichten und genießen.

Für eine Portion

- 1 Hähnchenbrustfilet
- 1 kleine Zwiebel
- 1 EL Butter
- 1 EL Mehl
- 1 EL Tomatenmark
- 250 ml Sahneersatz
- 150 ml Rinderbrühe (Alternativ Gemüsebrühe)
- Salz, Pfeffer
- Reis oder Nudeln als Beilage