

## Zwiebel-Sahne-Hähnchen

### Zutaten für 5 Portionen:

- 500 g Geflügelfleisch (Hähnchen- oder Putenbrust, Geschnetzeltes oder Schnitzfleisch)
- 350 g Zwiebeln
- 200 ml Sahne
- 150 ml [Gemüsebrühe](#)
- 2 EL Butter
- 1 EL Weizenmehl
- Salz
- Pfeffer
- Thymian (optional)
- geriebener Käse (optional)



<b>Arbeitszeit:</b>	ca. 10 Minuten
<b>Kochzeit/Backzeit:</b>	ca. 30 Minuten
<b>Gesamtzeit aktiv:</b>	ca. 40 Minuten

### Zubereitung:

1. Heize den Backofen auf 200°C Ober-/Unterhitze vor.
2. Schneide das Fleisch in mundgerechte Stücke und lege es in eine gefettete Auflaufform.
3. Schäle die Zwiebel und schneide sie in dünne Ringe.
4. Erhitze die Butter in der Pfanne und brate die Zwiebelringe darin glasig an, sie können ruhig auch Farbe nehmen. Das dauert etwa 10 Minuten. Würze sie mit Salz und Pfeffer. Auch etwas Thymian gibt der entstehenden Soße einen super Geschmack. Streue dann das Mehl darüber und rühre es unter.
5. Gieße die Sahne und die Gemüsebrühe an und lasse die Soße für 2-3 Minuten köcheln.
6. Gieße die Soße über das Geflügelfleisch und schiebe die Auflaufform in den Ofen. Wenn du möchtest, kannst du nun Zwiebel-Sahne-Hähnchen überbacken zubereiten. Streue dafür noch etwas geriebenen Käse darüber.
7. Backe dein Zwiebel-Sahne-Hähnchen für 30 Minuten.

Besuch uns gern wieder auf [familienkost.de](https://familienkost.de) und stöber in unserem [Shop](#).

