

Paprikageschnetzeltes mit Feinschmecker- Reis



Menge	Zutaten	Zubereitung
Reis:		
½ Tasse	Reis (Langkorn)	Reis im Öl hell bräunen, bis er zu duften beginnt!
1 EL	Öl	
1 Tasse	Wasser	aufgießen
	Salz, Brühekörner	würzen und ca. 20 Minuten ausquellen lassen
Nach Geschmack etwas Butter und Kräuter zugeben!		
Geschnetzeltes:		
1 kleine	Zwiebel	fein würfeln
1	Knoblauchzehe	fein würfeln oder pressen
2	Paprikaschoten rot und gelb	waschen, putzen in Streifen schneiden
2	Hühnerbrüste	Hühnerbrust in Streifen schneiden, im Öl anbraten, in eine Metallschüssel geben und würzen. (Paprikapulver wird beim Braten bitter!) Danach die Zwiebeln und den Knoblauch andünsten, Paprikaschoten dazugeben.
2 EL	Öl	
	Salz, Pfeffer, Paprika, etwas Zucker	
2 EL	Tomatenmark	zugeben
100 ml	Wasser	aufgießen, Fleisch wieder zugeben und alles kurz aufkochen lassen, gut abschmecken!
	Salz, Pfeffer, Brühe, Paprikapulver	
1-2 EL	Soßenbinder	zugeben, kurz aufkochen lassen
½ Becher	Sahne	unterziehen, nicht mehr kochen lassen!