

... > Zubereitungsarten > Methoden > Überbacken

---

# Aprikosen-Curry-Schnitzel



 **Druck**    **Teilen**    **Speichern**

★★★★☆ **4.57** (139 Bewertungen)

 **89** Kommentare

 30 Min.    normal    30.12.2012    686 kcal

---

---

## Weitere Rezepte - genauso gut!

---

## Zutaten

4



Portionen

4 Hähnchenbrustfilet(s), a 150 g

etwas Salz und Pfeffer

40 g Mehl

2 EL Sonnenblumenöl

2 Stange/n Lauch

1 Dose Aprikose(n), Hälften, Abtropfgewicht 480 g

250 ml Schlagsahne

125 g Schmand

2 EL Currypulver

100 ml Aprikosensaft, aus der Dose

125 ml Gemüsebrühe

100 g Käse, gerieben

---

## Nährwerte pro Portion

kcal	Eiweiß	Fett	Kohlenhydr.
686	47,22 g	42,84 g	26,61 g

---

## Zubereitungstipps

---

## Zubereitung

🕒 Arbeitszeit ca. 30 Minuten

🕒 Koch-/Backzeit ca. 40 Minuten

🕒 Gesamtzeit ca. 1 Stunde 10 Minuten

Backofen auf 200° vorheizen.

Die Hähnchenbrustfilets unter fließendem Wasser abbrausen und anschließend trocken tupfen. Mit Salz und Pfeffer bestreuen und in 20 g Mehl wenden. In einer großen Pfanne das Öl erhitzen und darin die Filets von beiden Seiten anbraten. Herausnehmen und in einen flachen Bräter oder in eine Auflaufform legen.

Lauch putzen, längs halbieren, waschen, abtropfen lassen und in Streifen schneiden. In einem geeigneten Topf Salzwasser erhitzen, Lauchstreifen hinzugeben, einmal kurz aufkochen lassen und in einem Sieb abtropfen lassen. Aprikosenhälften in einem Sieb abtropfen lassen und hierbei den Saft auffangen. 100 ml Aprikosensaft abmessen. Aprikosenhälften nochmals halbieren und mit den Lauchstreifen auf den Hähnchenbrustfilets verteilen.

Sahne, Schmand, Curry, Salz und Pfeffer in einem Topf verrühren und aufkochen. Das restliche Mehl mit dem Aprikosensaft anrühren und unter Rühren hinzufügen. Brühe hinzugießen und unter Rühren nochmals aufkochen. Die Hähnchenbrustfilets mit der Sauce übergießen. Im vorgeheizten Backofen auf mittlerer Schiene ca. 40 Minuten backen. Nach der Hälfte der Garzeit mit geriebenem Käse bestreuen.

Als Beilage passt am besten Reis.

## Rezept von

Haubndaucher

## Weitere Rezepte von Haubndaucher

[Mehr >](#)

---

---

## Tipps & Trends

---

## **Video Empfehlungen**

---

## **Markenrezepte bei Chefkoch**

---

## Kommentare

 [Kommentar schreiben](#)

---

15.04.2021 19:20

Silke031180

Das war wirklich schnell und einfach zubereitet. Sehr lecker. Ich habe noch etwas Möhre für den knack untergemischt. Das passte ebenso.

[Antworten](#)

---

30.03.2021 09:35

Hessenperle

Aaalso, wir haben das Rezept ausprobiert. Es war ganz lecker, aber den Käse kann man weglassen. Unserer Meinung nach überflüssig,

[Antworten](#)

---

30.03.2021 17:06

Haubndaucher

Freut uns das es lecker war. Käse ist selbstverständlich Geschmackssache. Kann man auch weglassen.

Vielen Dank für die positive Rückmeldung.

Liebe Grüße aus Oberbayern.

Oliver & Tina

[Antworten](#)

---

30.03.2021 00:28

3iibuw4bi5

Hi, muss auch mal dazu was loswerden! Konnte mir diese Mischung irgendwie nicht so gut vorstellen, war aber sehr neugierig.

Hat sich total gelohnt! Den Kleinen und Großen schmeckts super, durch die würzig-süße Kombi. Mächtige Soße, aber für den vollen Geschmack war's super...

Wir definitiv als Inspirationquelle weiterhin genutzt. Allein die Idee ein Curryauflauf im Ofen zu machen ist super. Habe kleine Tomaten untergemischt und ich finde, diese fruchtige Note der Tomaten hat perfekt zum Rest gepasst.

[Antworten](#)

### Haubndaucher

Das stimmt. Die Soße ist ziemlich mächtig. Aber wenn es allen geschmeckt hat, freut uns das sehr.  
Ebenso freut uns die positive Rückmeldung. Vielen Dank dafür.

Liebe Grüße aus Oberbayern.

Oliver & Tina

**Antworten**

---

---

10.01.2013 17:48

### Oatcake

Hallo,  
geschmacklich war das Rezept total lecker, wobei ich halbgetrocknete persische Pflaumen genommen hatte statt Aprikosen. Mangels Aprikosensaft habe ich die Pflaumen in Weißwein eingeweicht, so bekam das Gericht eine feine Säure.  
Etwas umständlich fand ich die Zubereitung laut Rezept, habe deshalb den Lauch nicht extra gekocht, sondern nach dem Fleisch in der Pfanne angedünstet, das Curry drübergestäubt, ich finde, dadurch entfaltet sich der Curry-Geschmack auch noch mehr, und dann mit Sahne, Sauerrahm (hatte leider keinen Schmand da), Wein und Gem.brühe abgelöscht. Alles andere habe ich nach Rezept gemacht und bestimmt nicht zum letzten Mal! Vielen Dank dafür!  
Grüße, Oatcake

**Antworten**

---

06.01.2013 16:29

### Delfina36

Hallo,  
sehr leckeres Rezept. Einfach nachzukochen. beim nächsten Mal werd ich aber noch ein bisschen Chili einarbeiten, für den gewissen Kick ;-)  
Danke für deine Rezeptidee.

---

05.01.2013 20:50

**falafel**

Hallo,  
Ich habe heute dieses tolle Gericht gekocht.  
Ich hatte noch eine kleine Paprika, die kam mit rein.

Außerdem habe ich nach dem Anbraten alles in der Schmorpfanne auf dem Herd gegart. Klappte auch.

Es hat super geschmeckt.  
Das gibt es bestimmt wieder.

falafel

---

02.01.2013 16:58

**badegast1**

Hallo,

ich habe heute für uns das leckere Schnitzel gemacht. Ich muß sagen, daß es uns sehr gut geschmeckt hat mit Basmatireis. Statt Aprikosen habe ich allerdings Pfirsiche genommen (Allergie gegen Aprikosen), das war auch super. Um das Gericht etwas Kalorienmäßig zu entschärfen, habe ich statt Sahne Milch genommen und statt Schmand Saure Sahne. Der geriebene Käse war auch fettarm.

Es war sehr lecker!!  
Vielen Dank und LG  
Badegast

---

02.01.2013 17:50

**Haubndaucher**

Servus Badegast.

Freut uns sehr, daß Dir das Gericht so gut gemundet hat. Deine Variante klingt auch außerordentlich lecker.

Liebe Grüße aus Oberbayern.

Oliver & Tina



---

## Folge uns



---

## Unternehmen

[Presse](#)

[Jobs](#)

[Impressum](#)

[AGB](#)

[Datenschutz](#)

[Datenschutz-Einstellungen](#)

[Werben Sie bei uns](#)

[Nutzungsbasierte Online Werbung](#)

## Quicklinks

[Rezepte finden](#)

[Was koche ich heute?](#)

[Was backe ich heute?](#)

[Magazin Übersicht](#)

[Print-Magazin im Abo](#)

[Foren](#)

[Chefkoch Events](#)

[Videos Übersicht](#)

## **Newsletter**

Zum Newsletter anmelden

## **Wir sind für Dich da**

FAQ

## **Live Rezeptsuchen**

dill rezepte, donauwellentorte rezepte, fischauflauf rezepte, granatsplitter rezepte, kichererbsencurry rezepte, rippchen rezepte, schoko-muffins rezepte, tiemisu rezepte, vollkornnudeln rezepte, waffelnteig rezepte

---

© 1998-2021 Chefkoch GmbH