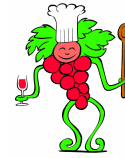




Kochrezept



Rezept:3.279 - „Hähnchenbrustfilet Sommerlich“

Weinempfehlung: Sommelier vividus

Quelle: Deutsches Weininstitut

Hühnerbrust oder Hähnchenbrust wird die filetierte Brust des Haushuhns oder Hähnchens genannt. Das Fleisch ist zart und benötigt nur kurze Garzeiten, z. B. in Streifen geschnitten nur 5 Min. in heißer Brühe oder nur 2–3 Min. in heißer Pfanne.

Zutaten für Personen:

Hähnchenbrustfilet - 3 Eigelb - 1 EL Zitronensaft - 1/8 l Hühnerbrühe - 100 g Crème fraîche - 1 EL Dijonsenf - 1 Bund Kresse - Salz & Pfeffer - Pfeffer

Zubereitung:

1. Das Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen. Die Hähnchenbrustfilets salzen und pfeffern und von jeder Seite 3-4 Minuten braten. Danach in Alufolie gewickelt warm halten.
2. In einem Rührbecher Eigelb, Zitronensaft und Senf schaumig rühren. Die heiße Hühnerbrühe nach und nach einrühren. Sauce in einen Topf gießen und unter ständigem Rühren mit dem Schneebesen so lange erwärmen, bis sie etwas eindickt. Mit Salz und Pfeffer würzen.
3. Die Hähnchenbrustfilet schräg in Streifen schneiden und auf einem Teller anrichten. Die abgeschnittene Kresse unter die Sauce rühren. Die Sauce über das Fleisch gießen und servieren. Dazu passen frisches Weißbrot oder Reis.

Beilagen: so gut wie mit sättigenden Beilagen wie Reis, Nudeln oder Kartoffel-Püree.

Weinempfehlung: ein mittelkräftiger Weißherbst, trocken bis halbtrocken

Trinkspruch
Trinke in Zukunft
nicht nur Wasser!
Nimm ein wenig Wein
dazu, um deinen Magen
zu stärken und weil du
so oft krank bist.
1. Timotheus 5,23

„vividus-natürlich®“ * - *lebend, naturgetreu, munter, so wie die Natur es gibt*

Weinfachagentur Klaus Löbbe * Mühlenstraße 45a * 58285 Gevelsberg

Telefon: 02332 / 551276 * E-Mail: kur.loebbe@t-online.de * www.vividus-natuerlich.de