

Hähnchenbrust mit Bratäpfeln

Fleisch-Gerichte » Hähnchen

Zutaten (4 Personen)

- » 4 Apfel/Äpfel
- » 2EL Zitronensaft
- » 1 Zwiebel(n)
- » 100g Frühstücksspeck
- » Salz & Pfeffer
- » Curry
- » 375ml Weißwein
- » 4 Hähnchenbrustfilet(s)
- » Paprika-Pulver (edelsüß)
- » 3EL Öl
- » 250ml Instant-Hühner-Brühe
- » 2EL Soßenbinder

Bewertung



Beschaffung

in jedem Discounter



Kosten

6-10€



Zubereitungszeit

31-60min

Zubereitung

1. Äpfel waschen, Deckel abschneiden. Früchte aushöhlen, mit Zitronensaft beträufeln. Ofen auf 175°C vorheizen. Zwiebel abziehen und wie den Speck fein würfeln. Speck auslassen, Zwiebel zufügen, mit Salz, Pfeffer und Curry würzen und unter Rühren andünsten. Mit 125ml Wein ablöschen. Speck- Zwiebel-Mischung in die Äpfel füllen. In einer gefetteten Gratinform ca. 20min backen.

2. Hähnchenbrustfilets abbrausen, trockentupfen, mit Salz, Pfeffer, Paprika- sowie Currypulver würzen. Im Öl rundum ca. 5min braten. Herausnehmen, warm stellen. Fond mit übrigem Wein, Brühe losköcheln und mit dem Soßenbinder andicken. Hähnchenbrust mit Bratäpfeln und Soße servieren.

Nährwerte: 560kcal/E50g/F27g/KH7g pro Portion

angelegt am: 08.03.2003

Rezept-Nr: 260

Die Rezept-Datenbank - <http://www.Rezept-Insel.de> - ©2024 M.Hennicke