

Hähnchenbrust in der Kartoffelkruste

Fleisch-Gerichte » Hähnchen

Zutaten (4 Personen)

- » 4 Hähnchenbrustfilet(s)
- » Salz & Pfeffer
- » 3EL Öl
- » 1 Ei(er)
- » 2 Kartoffel(n)
- » 1/2 Bd. Majoran
- » 400g Rosenkohl
- » 3 Schalotte(n)
- » 1/4TL Kreuzkümmel
- » 1-2EL Weißwein-Essig
- » Muskat
- » 125g Schlagsahne
- » 1 Bd. Petersilie
- » 1-2EL Rotwein
- » 60g Butter/Margarine

Bewertung



Beschaffung

in jedem Discounter



Kosten

6-10€



Zubereitungszeit

31-60min

Zubereitung

1. Hähnchenbrüste mit Salz und Pfeffer würzen und in 2EL erhitztem Öl rundum anbraten. Ei trennen und das Eiweiß steif schlagen. Kartoffeln schälen, fein reiben und mit Eigelb, sowie Eischnee vermengen. Zuletzt kurz Majoran dazugeben und die Kartoffelmasse um die Hähnchenbrüste legen. Fleischstücke nochmals vorsichtig von jeder Seite ca. 4-5min goldgelb braten. Fleisch warm stellen und Bratensatz für die Sauce beiseite stellen.

2. Rosenkohl waschen, putzen, in gleich große Stücke schneiden und 5min in kochendem Salzwasser garen, dann in kaltem Wasser abschrecken. Schalotten abziehen, klein würfeln und mit Rosenkohl sowie Kreuzkümmel in heißem Öl glasig dünsten. Weißweinessig zugießen und alles mit Salz und Muskat würzen.

3. Vor dem Servieren steif geschlagene Sahne und Petersilie kurz unter den Rosenkohl heben und Gemüse mit Hähnchenbrust auf Tellern anrichten. Für die Sauce den Bratensatz des Hähnchens erhitzen, Rotwein zugeben und kalte Butter in kleinen Stücken kurz mit einem Stabmixer unterrühren. Sauce jeweils um die Hähnchenbrust träufeln.

angelegt am: 31.05.2003

Rezept-Nr: 328

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