Hähnchenbrust mit Sherry-Zwiebel-Soße

Fleisch-Gerichte » Hähnchen

Zutaten (4 Personen)

» 4 Hähnchenbrustfilet(s)
» 200g Zwiebel(n)
» 2 EL Olivenöl
» Salz & Pfeffer
» 100ml Sherry fino
» 300ml Geflügelfond
» 2 EL Crème fraîche
» 3 EL geh. Petersilie
» 2 EL Mandelblättchen

Bewertung

Beschaffung
guten Supermarkt

Kosten
11-15€

Zubereitungszeit
31-60min

Zubereitung

1. Die Hähnchenbrustfilets kalt abbrausen und mit Küchenpapier trockentupfen. Die Zwiebeln abziehen und in feine Ringe schneiden.

2. Das Olivenöl in einer beschichteten Pfanne erhitzen. Die Filets salzen, pfeffern und im Öl von jeder Seite 3-5min braten, warm stellen.

3. Die Zwiebelringe im Bratenfett glasig braten. Sherry und Geflügelfond angießen, einmal aufkochen lassen. Crème fraîche und Petersilie einrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Nach Wunsch mit etwas Soßenbinder andicken. Die Hähnchenbrustfilets in Scheiben schneiden, auf der Soße anrichten und mit den gerösteten Mandelblättchen bestreut servieren.

Tipp: Crème légère verwenden.

Nährwerte: 300kcal/E38g/F12g/KH4g pro Portion

angelegt am: 09.01.2004 Rezept-Nr: 792

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