

Hähnchenbrust mit Brunoise und Crème fraîche



Zutaten für 2 Personen:

200-250 g Hähnchenbrustfilet
Butter
2 Schalotten oder 1/2 Zwiebel
eine Karotte
zwei dünne Scheiben Sellerie
(gleiche Menge wie Karotte)
Salz, Pfeffer aus der Mühle
50 ml Weißwein
40 g Crème fraîche oder
Sahne

1. Zwiebel, Karotte und Sellerie schälen und sehr fein würfeln (Brunoise).

2. Hähnchenbrustfilets quer in zwei Scheiben schneiden, damit sie ganz dünn sind. In einer größeren beschichteten Pfanne in Butter auf beiden Seiten anbraten. In Alufolie ruhen lassen.

3. Überschüssiges Fett mit Küchentuch aus der Pfanne tupfen. Gemüsewürfel in die Pfanne geben, unter Rühren anschwitzen.

4. Mit dem Weißwein ablöschen, etwas einköcheln lassen. Crème fraîche oder Sahne zugeben und unterrühren. Abschmecken.

5. Hähnchenfilets quer zur Faser in gröbere Streifen schneiden und wieder mit erwärmen.

Hinweise:

Dazu einen grünen Salat mit Zitronensauce reichen - das ist dann ein einfaches Mittag- oder Abendessen.

Schlagworte:

mittel, Zubereitung ca. 35 min, Hauptspeisen, Fleisch, Geflügel, Huhn, französisch

Rezeptanregung: Lea Linster in Brigitte, Heft 23/2007.
Anpassung und Foto: Walter Stand 13.01.2023