

# Ausgelöste Hähnchenoberschenkel aus der Grillpfanne



## Zutaten für zwei Personen:

2 Hähnchenoberschenkel  
Salz, Pfeffer aus der Mühle

1 EL Olivenöl

## Sahnesauce:

150 ml Weißwein  
75 ml kräftige Hühnerbrühe  
75 ml Sahne  
1 Knoblauchzehe (optional)  
Salz, Pfeffer aus der Mühle

1. Hähnchenoberschenkel auslösen, d.h. Knochen herauschneiden. Plattieren. Salzen und pfeffern.

2. Grillpfanne bei 2/3 der Hitze aufheizen, mit wenig Olivenöl ausstreichen.

3. Hähnchenoberschenkel zuerst auf der Hautseite etwa fünf Minuten braten, umdrehen und bei verminderter Hitze weitere 5 Minuten. Eventuell beim ersten Mal Garprobe machen, Geflügelfleisch sollte immer ganz durchgebraten sein.

## Sahnesauce:

1. Weißwein auf etwa 1/3 reduzieren.

2. 75 ml kräftige Hühnerbrühe und 75 ml Sahne dazu geben und auf die gewünschte Konsistenz einköcheln. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

3. Optional eine geschälte und halbierte Knoblauchzehe mitköcheln und dann wieder herausnehmen.

## Hinweise:

Das Bild zeigt die Sauce in einer angereicherten Version mit Karottenscheiben, die von Anfang an mitgeköchelt wurden und mit Champignons, die kurz vor der Fertigstellung mitgeköchelt wurden.

Das Bild zeigt weiterhin gegrillte Karottenstreifen als Beilage.

## Schlagworte:

mittel, Zubereitung ca. 25 min, Hauptspeisen, Fleisch, Geflügel, Huhn, französisch

Rezept und Foto: Walter  
Stand 15.01.2023