

# Hähnchengeschnetzeltes (Grundrezept)



## Zutaten für 2-3 Portionen:

ca. 200 g Hähnchenbrust (eine ausgelöste Hälfte)

2 EL Olivenöl

75 ml trockener Weißwein

100-150 ml gewürzte Sahne (1 Eierlöffel Gemüsebrühpulver)

## Würzmischung:

1 geh. EL Speisestärke

1 TL Salz

1 TL italienische Kräuter

Pfeffer aus der Mühle (12 Umdrehungen)

## Besondere Hilfsmittel:

30 cm Onyx-Pfanne\* oder eine andere beschichtete Pfanne

Holzwendler, Alufolie

1. Hähnchenbrust quer in 2 Scheiben teilen. Schräg in dünne Scheibchen schneiden. In der Würzmischung wälzen und alles gut einmassieren.

2. In zwei Tranchen jeweils in 1 EL Olivenöl braten, dabei zunächst mit Esslöffeln auseinanderziehen und kurz liegen lassen, dann kurz mit einem Holzspatel pfannerrühren und in Alufolie ruhen lassen.

3. Bratensatz mit Weißwein ablöschen, gewürzte Sahne zugießen und etwas einköcheln. Bei Bedarf noch mit etwas Wasser verdünnen.

## Erläuterungen zu den Hilfsmitteln:

\*Die Pfannen von Onyx Cookware sind auf eine besondere Art beschichtet. Es legt sich nichts an, man dürfte Metallhilfsmittel verwenden, sie sind spülmaschineneeignet und sie dürfen mit Edelstahlspiralen grundgereinigt werden.

## Hinweise:

Das Fleisch wird auf diese Art sehr zart.

Die klassischen Beilagen sind Kartoffelpüree und grüner Salat mit Zitronensauce.

## Schlagworte:

mittel, Zubereitung ca. 20 min, Hauptspeisen, Fleisch, Geflügel, Huhn, international

Rezept und Foto: Walter  
Stand 07.04.2023