

Rezept

Kräuter-Hähnchenbrust

Ein Rezept von Kräuter-Hähnchenbrust, am 20.04.2024

Zutaten

2 Hähnchenbrüste (mit Knochen und Haut; ca. 1 kg)	10-12 Bärlauchblätter
frisch gemahlener Pfeffer	Salz
1 Bund Suppengrün	2 EL weiche Butter
½ l heiße Geflügelbrühe	1 Zwiebel
1 TL Speisestärke	100 ml trockener Weißwein

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 60 bis 90 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 370 kcal

Zubereitung

1. Haut der Hähnchenbrüste mit Hilfe eines Kochlöffels vorsichtig lockern. Bärlauchblätter waschen, putzen und trockentupfen. Jeweils 5-6 Blätter unter die Haut der Hähnchenbrüste schieben. Brüste kräftig mit Salz und Pfeffer würzen und rundherum mit Butter bepinseln.
2. Brüste auf den Rost des Backofens über eine Fettpfanne setzen und bei 200° (Mitte, Umluft 180°) 40-50 Min. braten. Suppengrün putzen, schälen, waschen und in Stücke schneiden. Zwiebel schälen und achteln. Gemüse und Zwiebel in der Fettpfanne verteilen. Brühe angießen. Brüste gelegentlich mit Bratfond beschöpfen.
3. Brüste im ausgeschalteten Ofen ruhen lassen. Bratfond mit Weißwein ablöschen, durch ein feines Sieb in einen Topf geben und aufkochen. Stärke mit 3 EL kaltem Wasser verrühren, in den kochenden Bratfond einrühren und ca. 5 Min. offen köcheln lassen. Salzen und pfeffern. Hähnchenfilets vom Knochen lösen. Dazu schmeckt Safran-Risotto.