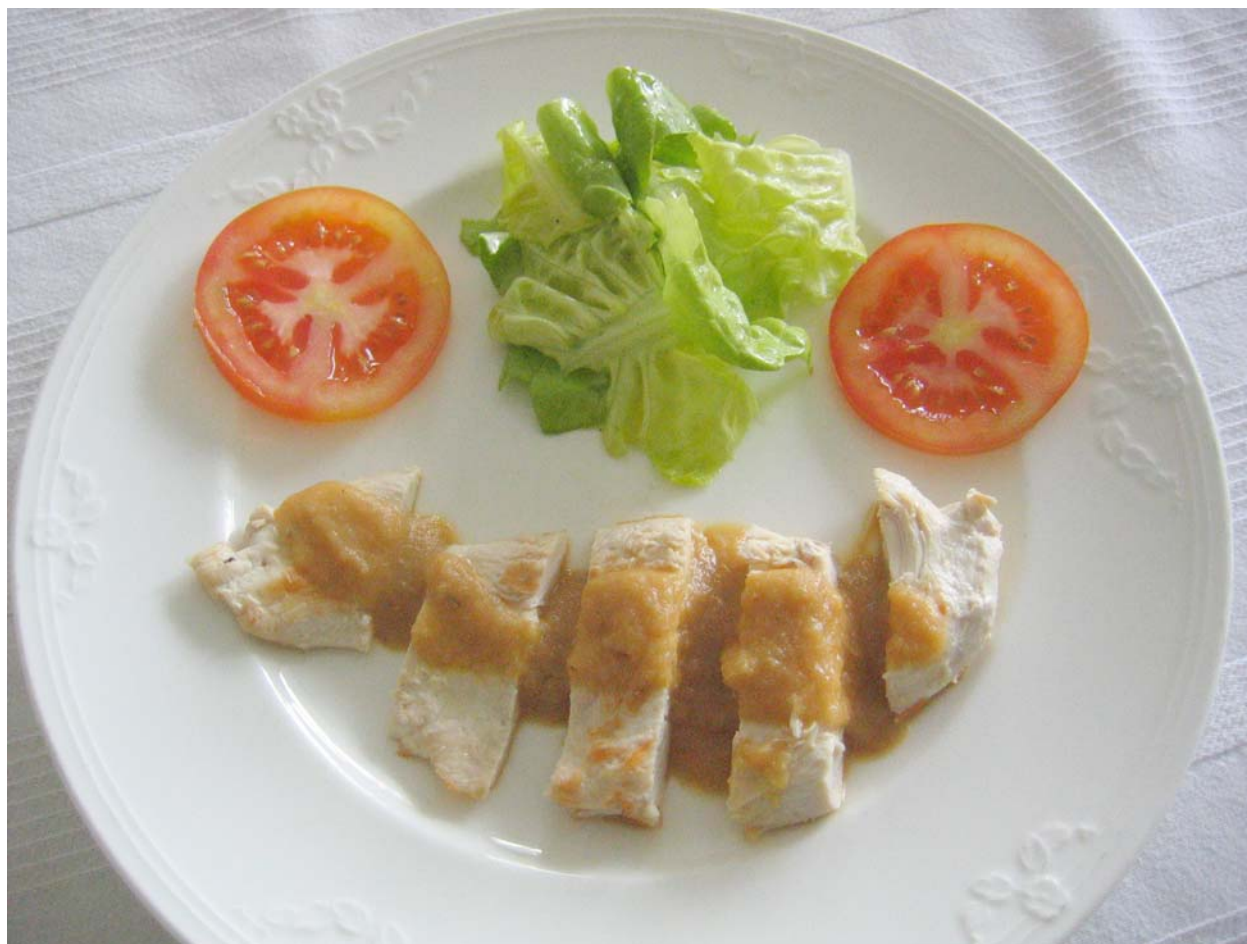


Hähnchenbrust mit Fruchtsauce



Zutaten für vier Personen:

500-600 g Hähnchenbrustfilet
2 Äpfel
3 Schalotten
1 Knoblauchzehe
125 ml Apfelessig
125 ml Weißwein
125 ml Hühnerbrühe
2-3 EL Rohrzucker
neutrales Öl

1. Hähnchenbrustfilets quer in je zwei dünne Scheiben teilen und diese in neutralem Öl auf jeder Seite ca. 3-4 Minuten braten. In Alufolie warm stellen.

2. Äpfel entkernen, schälen und in Stückchen schneiden. Schalotten und Knoblauch würfeln und alles ca. 5 Minuten anschwitzen.

3. Zucker in wenig Wasser auflösen, zugeben und karamellisieren lassen. Mit dem Weißwein, dem Apfelessig und der Hühnerbrühe ablöschen und das Ganze einköcheln lassen.

4. Den Pfanneninhalt in einen Becher geben und pürieren. Die pürierte Sauce

wieder in die Pfanne geben, das Hähnchenfleisch in mundgerechte Stückchen schneiden und in der Sauce wieder erwärmen.

Hinweise:

Das Brustfilet nicht zu lange braten, es wird sonst trocken.

Dieses Rezept stammt ursprünglich aus Amerika, von der Leibköchin eines amerikanischen Präsidenten.

Schlagworte:

mittel, Zubereitung ca. 30 min, Hauptspeisen, Fleisch, Geflügel, Huhn, amerikanisch

Rezeptanregung: Uli R.
Anpassung: Kerstin
Foto: Walter
Stand 12.01.2023