

Hähnchenbrustfilets mit Senf-Sauce und Salt 'n' Vinegar Kartoffeln

VORBEREITEN

20
Min.

ZUBEREITEN

45
Min.

NIVEAU



Zutaten für 4 Personen

4 Hähnchenbrustfilets (à ca. 150 g)
 800 g Junge Kartoffeln (festkochend)
 1 Stange Porree, in Ringe geschnitten
 1 mittelgroße Zwiebel, in halbe Ringe geschnitten
 4 Knoblauchzehen, fein gehackt
 500 ml Geflügelfond
 250 ml trockener Weißwein
 100 g Dijon-Senf
 200 ml Weißweinessig
 2 Esslöffel Thymianblätter plus einige Blätter zum Garnieren
 2 Esslöffel Schnittlauch, fein gehackt
 100 g roter Mangold (alternativ: Feldsalat)
 Butter
 Pflanzenöl
 Fleur de Sel
 Salz, frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

Die aromatische Kombination aus Hühnerbrustfilet mit Senf-Sauce trifft hier auf gebratene Kartoffeln mit einer leicht säuerlichen Note.

- 1 -

Die Kartoffeln halbieren (größere Exemplare vierteln) und mit dem Weißweinessig und 2 TL Salz in einen Topf geben. Wasser zugießen, so dass die Kartoffeln ca. 2-3 cm mit Flüssigkeit bedeckt sind. Zum Kochen bringen und 20-25 Minuten köcheln lassen, bis die Kartoffeln gar sind. Abtropfen lassen und trockentupfen.

- 2 -

Öl in einem Bräter (oder großen Topf) erhitzen. Die Hähnchenbrustfilets mit Salz und Pfeffer würzen und anbraten, dabei mehrfach wenden, bis sie von beiden Seiten goldbraun sind (ca. 10 Minuten). Auf einem Teller beiseite legen.

- 3 -

Porree und Zwiebel in den Topf geben und andünsten. Knoblauch hinzufügen und für 2 Minuten mit anbraten. Geflügelfond, Wein, 2 EL Thymian-Blätter und Senf hinzugeben und gut verrühren. Aufkochen lassen. Die Hähnchenbrustfilets wieder zurück in den Topf legen und bei geschlossenem Deckel ca. 15 Minuten in der Sauce kochen lassen, bis es komplett durchgegart ist.

- 4 -

Hähnchenbrustfilets aus dem Topf nehmen. Sauce weitere 15 Minuten einreduzieren, bis sie andickt. 2 TL Butter unterrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

- 5 -

Die fertig gegarten Kartoffeln mit Pfeffer würzen und in einer Pfanne mit etwas Butter kross anbraten, bis sie goldbraun sind (ca. 10 Minuten). Gelegentlich durchschwenken. Mit Fleur de sel und Schnittlauch bestreuen. Wenn mehr Säure gewünscht ist, zusätzlich mit etwas Weißwein-Essig beträufeln.

Hähnchenbrustfilets mit Senf-Sauce und Salt 'n' Vinegar Kartoffeln

- 6 -

Hähnchenbrustfilets jeweils auf etwas Mangold betten und mit Senf-Sauce übergießen. Mit Thymian-Blättern garnieren und mit den Kartoffeln servieren.