

Hähnchen in Senfsauce bei SehrLecker.de



Die Zutaten:

550 gr Hähnchenbrustfilets, 150 gr Zuckerschoten, 2 Schalotten, 3 Esslöffel Öl, 200 ml trockener Weißwein, 400 ml Fleischbrühe (Instant), 2 Esslöffel Kapern (aus dem Glas), 1-2 Esslöffel Senf (mittelscharf), 250 gr Crème fraîche, 1 Prise Salz.

Die Vorbereitungen:

Hähnchenbrust abbrausen, trockentupfen und quer in 1cm breite Streifen teilen. Schalotten abziehen und fein würfeln. Die Zuckerschoten waschen, putzen und in Salzwasser 5 Minuten kochen. Anschließend kalt abschrecken und gut abtropfen lassen.

Die Zubereitung:

Öl in eine Pfanne erhitzen. Das Fleisch portionsweise darin anbraten, dabei mit Salz und Pfeffer würzen. Hähnchenbruststreifen aus der Pfanne nehmen. Schalotten ins Bratfett geben und glasig dünsten. Mit Weißwein und Fond ablöschen. Kapern und Senf hinzufügen und die Flüssigkeit 15 Minuten einköcheln lassen. Fleisch samt Bratensaft und die Zuckerschoten in die Pfanne geben. Crème fraîche einrühren und noch einmal aufkochen lassen. Geschnitztes mit Salz und Pfeffer abschmecken und servieren.

Ersatzweise kann für die Hähnchenbrust auch 600gr Kalbfleisch aus der Keule und für die Zuckerschoten Tiefkühl-Erbse genommen werden.