

Pouletbrüstchen an Estragon- sauce



Für 4 Personen

4 Pouletbrüstchen, Salz, Pfeffer aus der Mühle, 1 Bund Estragon, 1 EL körniger Senf, 1 EL Olivenöl, 1 EL Bratbutter, 2 Schalotten, 1 EL Butter, 1 dl Weisswein, 2 dl Halbrahm, 1 Msp Safran, 8 kleine Frühlingszwiebeln, 1 EL Butter

Die Pouletbrüstchen mit Salz und Pfeffer würzen. Estragon hacken, 1 EL davon über die Brüstchen streuen. Senf mit Olivenöl vermischen, das Fleisch damit einstreichen und ca. 10 Minuten marinieren. Die Schalotten fein hacken und in der Butter glasig dünsten, mit Weisswein ablöschen und auf die Hälfte einkochen lassen. Halbrahm dazugiessen, aufkochen und den restlichen Senf in die Sauce geben. Sauce mit dem Stabmixer aufmixen. Estragon und Safran daruntermischen, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Frühlingszwiebeln putzen, ein Drittel vom Grünen wegschneiden. Zwiebeln in Salzwasser blanchieren, abschrecken und abgiesen. Auf einem Tuch trockentupfen. (Blanchieren im Miele Dampfgarer oder Steamer von Imperial: 1 Minute bei 100 Grad.) Die Zwiebeln in der Butter dünsten, mit Salz und Pfeffer würzen. Die Pouletbrüstchen in der Bratbutter schön braten. Auf Teller anrichten, mit Sauce umgiessen und mit den Frühlingszwiebeln ausgarnieren.

Miele Kursküche Spreitenbach