

Rezept

Chicken Aphrodite mit gebratenem Spitzkohl-Shiitake

Chicken Aphrodite

Zutaten

2 Hähnchenbrüste mit Haut
 2 Tramezzini Scheiben, ersatzweise auch 3
 Toastbrot Scheiben
 1 Schalotte fein geschnitten
 100ml Sahne
 1/2 BND-Petersilie
 Salz, Pfeffer

Zubereitung

- ▶ Das Toastbrot in ca. 0,5-1cm dicke Stücke schneiden.
- ▶ Die Schalotte schälen und in feine Würfel schneiden, in der Pfanne glasig anschwitzen.
- ▶ Zu den Schalotten die Toastbrotwürfel hinzugeben und kurz mit anbraten.
- ▶ Mit der Sahne ablöschen und kurz einreduzieren lassen.
- ▶ Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
- ▶ Die Petersilie hinzugeben, alles gut vermischen und eben zum Auskühlen zur Seite stellen.
- ▶ Jetzt die Hähnchenbrust nehmen und vorsichtig mit den Fingern unter die Haut gehen.
- ▶ Bitte beachten, dass sich die Haut am Rand nicht löst und die Füllung stramm unter die Haut geben.
- ▶ Die gefüllte Hähnchenbrust würzen und von beiden Seiten scharf anbraten.
- ▶ Den Ofen auf 180 Grad vorheizen und die gebratene Hähnchenbrust je nach Dicke für 15-20 Minuten in den Ofen schieben.
- ▶ Nach der Zeit rausholen und kurz entspannen lassen. - Längs aufschneiden und servieren.

Spitzkohl-Shiitake Gemüse

Zutaten

1 Spitzkohl
 6 Shiitake Pilze
 2 Schalotten geschält und in feine Würfel geschnitten
 Salz, Pfeffer

Zubereitung

- ▶ Vom Spitzkohl den Strunk und die äußeren Blätter entfernen.
- ▶ Den Spitzkohl halbieren, den Strunk rausschneiden und in feine Streifen schneiden.
- ▶ Die Shiitake vom Strunk befreien und die Kappe in feine Scheiben schneiden.
- ▶ In eine Pfanne mit etwas Öl der Shiitake scharf anbraten und mit Salz und Pfeffer abschmecken.
- ▶ Aus der Pfanne nehmen und zur Seite stellen.
- ▶ Die Schalotten mit Öl in der Pfanne anbraten und den Spitzkohl dazugeben.
- ▶ Mit Salz und Pfeffer abschmecken und immer wieder beim Braten umrühren.
- ▶ Zum Schluss die Shiitake Pilze hinzugeben und kurz mit anbraten.
- ▶ Nochmals mit Salz und Pfeffer abschmecke.