

Aus dem Rezeptbuch vom Küchenchef Rainer Otto

Gericht des Monats - Januar 2015

(von Rainer Otto – Küchenchef)

Maishähnchenfilet mit Ingwerbutter und Apfelscheiben

Zutaten für 4 Portionen:

- 4 Maishähnchenbrustfilets küchenfertig, ohne Haut, à ca. 150 g
- 400 ml Geflügelbrühe
- 2 EL Weißweinessig
- 1 ½ EL Thymian
- 1 EL Honig
- Salz
- Pfeffer aus der Mühle
- 2 EL Olivenöl
- 2 säuerliche Äpfel z. B. Granny Smith
- 2 EL Zitronensaft
- 4 Frühlingszwiebeln
- 40 g eingelegter Ingwer mit Flüssigkeit
- 40 g weiche Butter
- Basilikumblätter zum Garnieren



aboutpixel.de nudeln © Yvonne Bogdanski

Zubereitung

Das Fleisch waschen und trocken tupfen. Die Brühe mit dem Essig, Thymian und Honig zum Kochen bringen und mit Salz abschmecken. Die Hähnchenbrustfilets salzen, pfeffern und in einer heißen Pfanne mit Öl rundherum goldgelb anbraten. Herausnehmen, in einen Bambuseinsatz oder ein Sieb legen, verschließen, über den leicht kochenden Sud hängen und ca. 10 Minuten dämpfen.

Zwischenzeitlich die Äpfel schälen, vierteln, von dem Kernhaus befreien und in schmale Spalten schneiden. Sofort mit dem Zitronensaft mischen. Die Frühlingszwiebeln waschen, putzen, 1/4 in feine Streifen schneiden und die restlichen Frühlingszwiebeln in 5 cm lange Stücke teilen. Mit den Apfelspalten nach der Hälfte der Garzeit zu den Hähnchenbrustfilets geben und mit garen.

Den Ingwer abtropfen lassen und die Flüssigkeit auffangen. Die Butter mit 1 EL Ingwerflüssigkeit cremig rühren und mit Salz abschmecken.

Die Frühlingszwiebeln mit den Apfelspalten auf Teller verteilen, die Hähnchenbrustfilets halbieren, darauf setzen und mit den Zwiebelstreifen und Basilikumblättchen garnieren. Den Ingwer mit der Butter dazu setzen und servieren

Mein Tipp:

Dazu einen ganz leicht gekühlten säurearmen Weißwein (z.B. Weißburgunder) servieren..

Viel Spaß beim Nachkochen und einen guten Appetit.

gez.

Rainer Otto

Küchenchef

BEST WESTERN PLUS

Kurhotel an der Obermaintherme