

Zweimal gebratenes Huhn mit Apfel und Banane



Zutaten für zwei Personen:

1/2 gebratenes Hähnchen

1/2 Banane

1/2 Apfel

2 EL neutrales Öl

1 EL Zucker

2 EL Wasser

75 ml Hühnerbrühe

Salz, Pfeffer aus der Mühle

1. Banane schälen und in Scheiben schneiden. Apfel schälen, entkernen und in schmale Spalten schneiden.

2. Das Hühnerfleisch ablösen und in mundgerechte Stückchen schneiden.

3. Wasser und Zucker in einer Pfanne karamellisieren lassen - bis das Wasser verdampft ist und der Zucker braun geworden ist. Dann das Öl dazugeben und das Hühnerfleisch sowie die Apfel- und Bananestückchen auf milder Hitze braten.

4. Mit 75 ml Hühnerbrühe ablöschen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Hinweise:

Eines meiner ersten Rezepte aus der Studentenzeit. Macht wenig Mühe und schmeckt lecker. Den karamellisierten Zucker gab es zu Anfangszeiten selbstverständlich nicht, ebensowenig wie die Hühnerbrühe. Da musste ein wenig Wasser schon reichen.

Wenn das halbe Hähnchen noch relativ frisch vom Brater (ganz früher: Wienerwald) kommt, schmeckt das Gericht am besten.

Schlagworte:

leicht, Zubereitung ca. 20 min, Hauptspeisen, Fleisch, Geflügel, Huhn, deutsch

Rezept und Foto: Walter
Stand 11.01.2023