

Hähnchengeschnetzeltes aus dem Oberschenkel



Zutaten für zwei Personen:

2 ausgelöste Hähnchen-
oberschenkel

1 geh. EL Speisestärke

1 knapper TL Salz

1/2 TL Paprika rosenscharf

1 knapper TL italienische
Kräuter, alternativ Oregano

2 EL Olivenöl

75 ml trockener Weißwein

150 ml Sahne

1 knapper Eierlöffel
Gemüsebrühpulver

1. Hähnchenoberschenkel
auslösen und die Haut
abziehen. Einmal längs
teilen und dann quer in
zentimeterbreite Stückchen
teilen.

2. Speisestärke, Salz,
Paprika und Kräuter in
einem tiefen Teller mit einer
Gabel gut vermengen. Die
Stückchen darin wälzen,
bis sie gleichmäßig
überzogen sind.

3. Das Hähnchenfleisch
portionsweise in einer
beschichteten Pfanne mit
Olivenöl bei höherer Hitze
braten, dabei einmal
wenden. In Alufolie ruhen
lassen, bis die Sauce fertig
ist.

4. Bratensatz mit Weiß-
wein ablöschen, Sahne mit
Gemüsebrühpulver würzen
und zugießen, nach
Geschmack die Sauce
etwas einköcheln. Fleisch
wieder zugeben.

Hinweise:

In gut sortierten Supermärkten
bzw. Großmärkten gibt
es manchmal bereits fertig
ausgelöste Hähnchen-
oberschenkel, das spart
Arbeitszeit.

Schlagworte:

mittel, Zubereitung ca. 25
min, Hauptspeisen, Fleisch,
Geflügel, Huhn, international

Rezept und Foto: Walter
Stand 16.01.2024