



Hauptgang

Parmesan-Zitronenhuhn mit Kräutern

Rezept für 4 Personen

Zutaten:

Legende: TL = Teelöffel, EL = Esslöffel, MSP = Messerspitze, dl = Deziliter (1/10), cl = Centiliter (1/100)

- 400 gr Nudeln, feine, schmale Eiernudeln (oder dünne Spaghetti)
- 2-3 EL Olivenöl
- 4-5 Stück Hähnchenbrustfilets (je nach Grösse und Appetit), jeweils in 4 Stücke geschnitten
- 1 Stück Zitrone, unbehandelt, davon die abgeriebene Schale
- 1 halbe Zitrone, den Saft davon auspressen
- 1 Bund Basilikum, die Blätter davon fein gehackt
- 1/2 Bund Petersilie, glattblättrig, die Blätter davon fein gehackt
- 1 Bund Schnittlauch, in feine Röllchen geschnitten

Für die Sauce:

- 1 Becher Crème double (250 gr)
- 1 Becher Crème fraîche (200 gr)
- 2 dl Hühnerbouillon, kräftig
- 4 Zehen Knoblauch, geschält und gepresst
- 2 Stück Zitronen, unbehandelt, davon die abgeriebene Schale
- 100 –150 gr Parmesan, am Stück, frisch gerieben
- die Hälfte der oben beschriebenen Kräuter (Basilikum, Petersilie und Schnittlauch)
- Salz, Pfeffer aus der Mühle

Zubereitung:

- | | |
|---|---|
| Backofen | Den Backofen auf 70 Grad vorheizen. |
| Nudeln | In kochendem Salzwasser «al dente» kochen |
| Kasserolle, Olivenöl, Hühnerbrüste | Die mit Hühnergewürz (oder Salz und Pfeffer) gewürzten Hähnchenbrüste in einer grossen Kasserolle ,im erhitzten Olivenöl, allseits anbraten. Die abgeriebenen Zitronenschale von einer Zitrone samt dem Saft einer 1/2 Zitrone dazugeben und gut umrühren. Das Fleisch Im vorgeheizten Backofen, abgedeckt mit ALU-Folie, warm stellen. |
| Crème double, Crème fraîche, Hühnerbouillon, Knoblauch, Zitronensaft und Zitronenschale | Alle Zutaten (Crème double, Crème fraîche, Hühnerbouillon, Knoblauch und Zitronenschale von zwei Zitronen) in die Kasserolle geben und bis kurz vor dem Siedepunkt erhitzen. |
| Parmesan | Den geriebenen Parmesan dazugeben und abschmecken mit Salz und Pfeffer. Die Hälfte der Kräuter in die Sauce geben und umrühren. |
| Nudeln, Kräuter (Basilikum, Petersilie, Schnittlauch) | Die gekochten Nudeln in Kasserolle geben und in der Sauce wenden. Die restlichen Kräuter darüberstreuen.

Auf vorgewärmten Tellern die Nudeln anrichten und das Fleisch darauflegen. |