

Hähnchen - Geschnetzeltes

Zutaten: für 2 Personen

Ca. 200 g Hähnchenbrustfilet
1 - 2 EL Öl zum Braten
ein Stück Butter (15 g)
1 Schalotte
125 g frische Champignons
1 leicht gehäufter EL Mehl
½ Glas trockener Weißwein (75ml)
150 ml Brühe
100 ml Schlagsahne 30 % Fett
Salz und Pfeffer
Petersilie zum Bestreuen



Zubereitung:

Bei diesem **Rezept Hähnchen - Geschnetzeltes**, handelt es sich um ein in der Zubereitung schnelles Geflügelgericht mit Rahmsauce und einer beliebigen Teigwarenbeilage.

Für die Zubereitung Hähnchenbrustfilet unter kaltem Wasser waschen, trocken tupfen, anschließend in Streifen schneiden.

Eine Schalotte, oder eine Zwiebel in kleine Würfel schneiden.

Champignons mit einem nassen Küchenkrepppapier abreiben, anschließend in Scheiben schneiden.

Weißwein in ein Weinglas füllen.

Brühe bereit stellen.

Petersilie waschen, klein schneiden.

Wenn dies alles vorbereitet neben der Kochstelle steht, ist das Hähnchengeschnetzelte in wenigen Minuten zum Servieren fertig gestellt.

Öl in einer beschichteten Pfanne erhitzen.

Das geschnetzelte Hähnchenfleisch in die Pfanne geben und unter Wenden auf beiden Seiten braten. Die Fleischstreifen aus der Pfanne nehmen, auf einen Teller legen und warmhalten.

Butter in der Pfanne zart erhitzen.

Die Schalotten, danach die Champignons in die Pfanne geben und in der Butter, wiederum unter mehrfachem Wenden, sanft anbraten.

Die Pfanne zur Seite ziehen, das Mehl darüber streuen, mit dem Rührlöffel kurz einrühren.

Weißwein und einen Teil der Brühe darüber gießen, umrühren und die Pfanne wieder auf die Herdplatte zurück schieben.

Die Soße bei großer Hitze kurz aufkochen, die restliche Brühe und Schlagsahne hinzu geben und die Rahmsauce auf diese Weise ein paar Minuten kochen lassen, oder solange, bis die gewünschte Sämigkeit der Soße erreicht ist.

Das geschnetzelte Hähnchenfleisch, samt dem ausgetretenen Bratensaft, wieder in die Soße einlegen und nochmals ganz kurz aufkochen lassen.

Das Hähnchen - Geschnetzelte zuletzt nach persönlichem Geschmack mit Salz und frisch gemahlenen schwarzen Pfeffer abwürzen.

Mit Petersilie bestreut, zusammen mit Bandnudeln oder schwäbischen Spätzle und Salat, servieren.

Kalorienangaben

1 Portion Hähnchen - Geschnetzeltes enthalten ohne Beilage ca. 340 kcal und ca. 21 g Fett

