

Schon
probiert?



HAUPTGERICHT

Hähnchen Piccata

tegut...

gute Lebensmittel

SCHON PROBIERT?

Hähnchen Piccata

ZUTATEN für ca. 4 Portionen

- | | |
|-----------------------------------|----------------------------|
| 4 Hähnchenbrustfilets (ca. 700 g) | 100 ml Weißwein |
| Salz | 2 El Kapern (Glas) |
| Pfeffer (aus der Mühle) | 150 ml Hühnerbrühe |
| 4 El Mehl | 4 El Butter |
| 1 Bio-Zitrone | 1/2 Pck. glatte Petersilie |
| 6 Schalotten | |
| 1 Knoblauchzehe | |
| 2 El Olivenöl | |
- Außerdem:
Backpapier**

- Hähnchenbrustfilets jeweils längs halbieren, zwischen Backpapier leicht flachklopfen. Hähnchen mit Salz, Pfeffer würzen, in Mehl wenden.
- Zitrone waschen, trocknen, Schale einer Hälfte fein abreiben, Saft auspressen, übrige Hälfte in Scheiben oder Stücke schneiden. Schalotten, Knoblauch abziehen. 2 Schalotten, Knoblauch fein hacken, übrige Schalotten (4) längs halbieren.
- Hähnchen und Schalottenhälften in heißem Olivenöl von beiden Seiten je ca. 3 Min. braten, herausnehmen. Gehackte Schalotten und Knoblauch im Bratfett glasig dünsten. Wein angießen, Kapern, Zitronenschale zugeben und alles ca. 3 Min. köcheln lassen, bis der Wein nahezu verkocht ist.
- Hühnerbrühe zugeben, erhitzen, Butter einrühren, Sauce mit Zitronensaft, Salz, Pfeffer abschmecken. Hähnchen, Schalottenhälften wieder in die Pfanne geben, in der Sauce ca. 3 Min. köcheln lassen. Petersilie waschen trocknen, fein schneiden. Hähnchen Piccata mit übriger Zitrone (1/2) und Petersilie anrichten.

Schmeckt gut dazu: frische Tagliatelle oder knusprige Ciabatta

- 🕒 **ZUBEREITUNGSZEIT** ca. 30 Min.
BRAT-/GARZEITEN ca. 12 Min.

TIPPS AUS DER tegut... KOCHWERKSTATT

Sauce ohne Wein

Ersetzen Sie den Wein einfach durch Hühnerbrühe. Wer es fruchtig mag, kann auch den frisch gepressten Saft einer Orange hinzugeben.

Sauce pikant variieren

Zum Beispiel mit 2–3 klein gehackten Sardellenfilets oder 4–6 eingelegten Artischockenherzen aus dem Glas.



- aromatisch
- ganz einfach



Fleischqualität zum Braten & Grillen

Wer ein Produkt unserer Eigenmarke tegut... Bio kauft, kann sicher sein, dass es nach den strengen Kriterien der klassischen Bio-Verbände wie Biokreis erzeugt, entsprechend verarbeitet und zertifiziert ist. Die Anforderungen gehen dabei weit über den EU-Bio-Standard hinaus – weil Bio eben noch besser geht! So erhalten die Tiere grundsätzlich vorwiegend hofeigene Futtermittel, mehr Platz im Stall, Zugang ins Freie und Beschäftigungsmöglichkeiten. Das wirkt sich auch auf die Fleischqualität aus – für hochwertige Produkte mit hervorragendem Geschmack.



tegut...
Kochwerkstatt



Viele weitere tegut... Rezepte finden Sie hier.

tegut... Kundenbetreuung
0800 / 000 22 33

Mo.–Fr. 8–18 Uhr
(kostenfrei aus dem deutschen Fest- und Mobilfunknetz)