

Hähnchenbrust mit Balsamico- Aprikosen-Sauce

Zutaten

für 4 Personen

Marinade und Sauce

- 4 EL Öl
- 1 Bund Suppengrün, klein geschnitten
- 2 Knoblauchzehen, angedrückt
- 1 Zweig Rosmarin (klein)
- 3 Stiele Thymian
- 100 ml Aceto Balsamico
- 400 ml kräftiger Rotwein (z. B. Merlot)
- 4 Hähnchenbrüste (ohne Haut, à 150 g)
- Salz
- Pfeffer aus der Mühle
- 400 ml Geflügelfond
- 5 EL Aprikosenkonfitüre
- 50 g Perlzwiebeln
- 1–2 TL Speisestärke

Möhren-Morchel-Gemüse

- 10 getrocknete Morcheln
- 1 Bund kleine, dünne Möhren (ca. 600 g, mit Grün), geschält
- Salz
- Pfeffer aus der Mühle
- 1 TL Zucker
- Würzblüten

Marinierzeit:
über Nacht

Zubereitungszeit:
ca. 90 Minuten

Zubereitung

1. Einen Esslöffel Öl in einem Topf erhitzen, das Suppengrün etwa 2 Minuten dünsten. Knoblauch, Rosmarin und Thymian zugeben, mit Essig ablöschen und mit Rotwein auffüllen. Die Marinade von der Kochstelle ziehen und abkühlen lassen. Die Hähnchenbrüste darin mindestens 12 Stunden im Kühlschrank ziehen lassen.
2. Die Hähnchenbrüste aus der Marinade nehmen, trocken tupfen, salzen und pfeffern. Die Marinade durch ein Sieb in einen Topf gießen. Mit Geflügelfond auffüllen. Die Aprikosenkonfitüre unterrühren und kurz aufkochen lassen, die Perlzwiebeln zugeben. Bei mittlerer Hitze in 30 bis 40 Minuten auf 200 ml einkochen.
3. Die Morcheln für das Gemüse ca. 15 Minuten in 250 ml lauwarmem Wasser einweichen. Die Morcheln gut ausdrücken, das Einweichwasser auffangen und durch ein feines Sieb in eine Schale gießen.
4. Die Möhren mit etwas Morchelwasser und den Morcheln etwa 20 Minuten dünsten. Mit Salz, Pfeffer und Zucker würzen.
5. Das restliche Öl in einer Pfanne erhitzen. Die Hähnchenbrüste bei mittlerer Hitze von jeder Seite 3 bis 4 Minuten braten, von der Kochstelle ziehen und 5 Minuten ruhen lassen.
6. Die Balsamico-Aprikosen-Sauce mit der Speisestärke binden. Mit Salz und Pfeffer würzen.
7. Das Gemüse mit den Hähnchenbrüsten und der Sauce anrichten und mit Würzblüten garnieren.

Tipp

Dazu passen Salzkartoffeln oder gebratene Kartoffelwürfel.

