

Hähnchen-Brust mit Safran-Reis und Berberitzen

Für 2 Personen

500 g Hähnchenbrustfilet	200 g Basmatireis	200 g Kirschtomaten
1 weiße Zwiebel	1 Knoblauchzehe	100 g Berberitzen
4 unbehandelte Limetten	200 g Butter	150 g Joghurt 10%
100 ml Geflügelfond	50 ml Olivenöl	50 ml Pflanzenöl
3 g Safranpulver	30 g Puderzucker	Chilipulver
Salz	schwarzer Pfeffer	

Das Hähnchenbrustfilet waschen und trocken tupfen.

Die Limetten halbieren und den Saft auspressen. Die Zwiebel und den Knoblauch abziehen und klein hacken. Die kleingehackten Zwiebel- und Knoblauchwürfel mit dem Limettensaft, dem Joghurt und dem Pflanzenöl in einer Schüssel verrühren und mit Salz, Pfeffer, Chilipulver und die Hälfte des Safranpulvers würzen. Anschließend die Hähnchenbrustfilets durch die Marinade ziehen. Eine Pfanne mit Öl erhitzen und die Hähnchenbrustfilets darin gar braten.

Den Basmatireis unter fließendem, kaltem Wasser waschen. 400 Milliliter Wasser in einen Topf zum Kochen bringen, den Basmatireis hinzugeben und für circa zwei Minuten kochen lassen. Danach die Hitze reduzieren und den Reis langsam garen.

Die Berberitzen waschen und trocken tupfen. Eine Pfanne erhitzen und die Berberitzen, das übrige Safranpulver, die Butter, den Geflügelfond und den Puderzucker hineingeben und anschwanken. Anschließend den fertigen Reis hinzugeben und mit der Sauce verrühren.

Die Kirschtomaten vom Strunk befreien. Eine weitere Pfanne mit Olivenöl erhitzen und die Tomaten darin anbraten.

Die Hähnchenbrustfilet mit dem Safran-Reis und den Kirschtomaten auf Tellern anrichten und servieren.

Kassra Adloo am 04. Oktober 2011