

Serrano-Hähnchen-Brust, buntes Gemüse, Basmati-Reis

Für zwei Personen

2 Hähnchenbrustfilets, à 200g	6 Scheiben Serrano-Schinken	300 g Basmatireis
200 g Champignons, weiß	2 Zucchini	1 rote Paprika
1 gelbe Paprika	1 Knoblauchzehe	100 g Schmand
100 ml Sahne	100 ml Weißwein, Riesling	1 0g Butter
1 Bund krause Petersilie	1 Bund Schnittlauch	3 Zweige Rosmarin
3 Zweige Thymian	10 g Mehl	Paprikapulver
Chilipulver	Olivenöl, Salz, Pfeffer	

Den Backofen auf 180 Grad Umluft vorheizen. Einen Topf mit Salzwasser aufsetzen und den Reis darin circa zehn Minuten gar kochen. Die Hähnchenbrüste waschen, trocken tupfen und längsseits, eine Tasche in jede Brust schneiden. Etwas Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Hähnchenbrüste darin von beiden Seiten fünf Minuten anbraten. Den Knoblauch abziehen und sehr fein hacken. Die Petersilie und den Schnittlauch waschen, trocken tupfen und ebenfalls sehr fein hacken. Alles in eine Schüssel geben und mit dem Schmand vermischen. Das Gemisch mit Salz, Pfeffer und etwas Olivenöl abschmecken und zur Seite stellen. Die Champignons, die beiden Paprikas und die Zucchini waschen und in mundgerechte Stücke schneiden. Anschließend eine Pfanne mit Olivenöl erhitzen und das Gemüse darin anbraten. Den Reis abgießen und wieder in den Topf geben zum Warmhalten. Die Hähnchenbrüste mit dem Kräuterschmand füllen und mit dem Serrano-Schinken umwickeln. Anschließend das Fleisch für circa vier Minuten in den vorgeheizten Backofen geben. Den Rosmarin und den Thymian waschen, trocken tupfen und die Nadeln von den Stilen abzupfen und fein hacken. Eine Pfanne mit Olivenöl erhitzen und den Rosmarin und den Thymian kurz darin anbraten und anschließend mit dem Weißwein ablöschen. Anschließend die Sahne hinzufügen. Das Mehl mit der Butter vermischen und zu einer Kugel formen. Die Mehlbutter mit in die Pfanne geben und zerlaufen lassen. Alles mit Salz, Pfeffer, Chilipulver und Paprikapulver abschmecken. Das Hähnchenbrustfilet mit dem Reis und dem Gemüse auf einem Teller anrichten und sie Sauce separat in einem kleinen Schälchen anrichten. Anschließend alles servieren.

Alexander Macrini am 18. Februar 2013