

Überbackenes Hühner-Fleisch mit Zucchini und Polenta

Für zwei Personen

2 Hühnerbrüste	3 Zucchini	1 Zitrone
1 Bund Petersilie	200 g Edamer	200 g Polenta
100 g Semmelbrösel	150 g Butter	100 g Sauerrahm
200 ml Sahne	100 ml Wein	100 ml Fond
400 ml Gemüsefond	Olivenöl, Salz, Pfeffer	

Den Backofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Den Gemüsefond in einem Topf aufsetzen. Die Hühnerbrüste waschen, trocken tupfen, klein schneiden und salzen und pfeffern. Das Hühnerfleisch in einer Pfanne mit Öl auf beiden Seiten scharf anbraten. Die Petersilie waschen und hacken. Den Käse reiben und mit der Petersilie und dem Sauerrahm vermischen. Falls die Masse zu nass ist, eventuell mit den Semmelbröseln verdicken. Anschließend mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Hühnerfleisch aus der Pfanne nehmen und auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech legen. Nun mit der Käsemasse bestreichen und in den Backofen geben. Die Pfanne mit dem Bratenrückstand mit etwas Fond und Wein ablöschen und köcheln lassen. Die Polenta in den kochenden Gemüsefond geben, aufkochen lassen und dann bei niedriger Temperatur quellen lassen. Die Zucchini waschen, in Scheiben schneiden und in einer heißen Pfanne anbraten. Nun mit Salz und Pfeffer würzen. Wenn die Polenta fast gar ist, die Konsistenz prüfen, mit Butter und Sahne verrühren und salzen und pfeffern. Die Polenta mit einem Ring auf den Tellern anrichten, das Hühnerfleisch dazu legen, mit den Zucchinischeiben garnieren und servieren.

Karin Pehböck am 20. November 2013