

Hähnchen-Brust mit Auberginen, Risotto und Tomaten-Salat

Für zwei Personen

Für das Fleisch:

| | | |
|-------------------------------|-------------------------|-------------------|
| 2 Hähnchenbrustfilets à 120 g | 1 Aubergine | 3 Flaschentomaten |
| 2 Kugeln Mozzarella | 50 g Parmesan | 1 Zweig Salbei |
| 1 Zweig Rosmarin | 1 Zweig Zitronenthymian | Salz, Pfeffer |

Für das Risotto:

| | | |
|-------------------------|--------------------|---------------------------|
| 100 g Risottoreis | 1 Zitrone (Abrieb) | 1 Schalotte |
| 20 g Parmesan | 250 ml Gemüsefond | 100 ml trockenen Weißwein |
| $\frac{1}{2}$ TL Butter | Olivenöl | Salz, Pfeffer |

Für den Salat:

| | | |
|-------------------------|------------------------|-------------|
| 8 gelbe Cocktailtomaten | 8 rote Cocktailtomaten | 1 Schalotte |
| 3 EL Sonnenblumenöl | Salz | Pfeffer |

Für das Fleisch:

Den Backofen auf 200 Grad Umluft vorheizen.

Hähnchenbrustfilet waschen und trocken tupfen. Aubergine und Tomaten waschen, trocken tupfen und in Scheiben schneiden. Ein Backblech mit Backpapier belegen und Auberginenscheiben in zwei Portionen darauf verteilen. Tomatenscheiben darauf verteilen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Salbei abbrausen, trockenwedeln und 2 Blätter abzupfen. Rosmarin und Zitronenthymian abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Salbei, Rosmarin und Zitronenthymian auf Tomaten- und Auberginenscheiben verteilen. Auf jedes Gemüsebett ein Hühnerbrustfilet legen. Parmesan reiben. Mozzarella in Scheiben schneiden und auf das Fleisch legen. Parmesan darüber streuen. Ca. 20 Minuten im vorgeheizten Ofen goldgelb backen.

Für das Risotto:

Die Schalotte abziehen, klein würfeln und in einer Pfanne in Olivenöl andünsten. Reis zugeben und kurz mit andünsten. Gemüsefond in einem Topf erwärmen und nach und nach den Reis damit ablöschen. Weißwein ebenfalls angießen. Reis unter gelegentlichem Rühren 20 Minuten köcheln lassen. Parmesan und Zitrone reiben. Zitronenabrieb, Parmesan und Butter in das Risotto rühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für den Salat:

Die Tomaten waschen und trockentupfen. Schalotte abziehen. Tomaten halbieren und Schalotte würfeln. Schalotten mit Öl vermischen und mit Salz und Pfeffer würzen. Tomaten mit dem Dressing vorsichtig vermengen.

Die gebackene Hähnchenbrust mit Auberginen, Risotto und Tomatensalat auf Tellern anrichten und servieren.

Dagmar Gilles am 19. Juni 2017