

Hähnchen-Brust mit Zimt-Sabayon, Zucchini-Spaghetti

Für 4 Personen:

| | | |
|-----------------------|--------------|------------|
| 4 Hähnchenbrustfilets | Salz | Pfeffer |
| 200 ml Weißwein | 1 Prise Zimt | 3 Zucchini |
| 4 Eigelb | 1 EL Butter | |

In einem Topf mit einem Dampfeinsatz etwas Wasser erhitzen (nur so viel Wasser in den Topf geben, dass der Dampfeinsatz nicht das Wasser berührt)

Die Hähnchenbrustfilets mit Salz und Pfeffer würzen, auf den Dampfeinsatz legen, einen Deckel auf den Topf geben und bei kleiner Hitze ca. 5 Minuten dämpfen. Dann den Herd abschalten und das Fleisch in der Restwärme noch weitere ca. 10 Minuten ziehen lassen. Die Garzeit kann je nach Dicke der Fleischstücke variieren.

Weißwein und Zimt in einen Topf geben und um etwas mehr als die Hälfte einkochen lassen.

Zucchini waschen, abtrocknen und mit einem Spiralschneider in feine nudelartige Streifen schneiden.

Die eingekochte Weißweinreduktion in einen Schlagkessel gießen, die Eigelbe dazugeben und über dem einem heißen Wasserbad mit einem Schneebesen schaumig zu einer Sabayon aufschlagen. Die Sabayon mit Salz abschmecken.

In einer Pfanne Butter erhitzen und die Zucchini-Spaghetti darin anschwitzen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Hähnchenbrustfilets auf den Zucchini-Spaghetti anrichten und mit der Sauce übergießen.

Otto Koch am 21. September 2017