

Grünkohl mit gebratenem Hähnchen

Für 4 Personen

Salz	1 kg Grünkohl	2 EL Senfkörner
1 Spritzer Essig	Zucker	600 g Kartoffeln, mehligk.
2 rote Zwiebeln	2 EL Butterschmalz	1/2 TL Anis
2 Wacholderbeeren	400 g Sahne	600 g Hähnchenbrustfilets
1 EL Olivenöl	3 Zweige Thymian	200 ml Milch
2 EL Butter	1 Prise Muskatnuss	1 EL scharfer Senf
1 EL Honig		

Für den Grünkohl einen großen Topf mit Salzwasser zum Kochen bringen.

Grünkohl waschen, vom Stiel abzupfen und klein rupfen. Im kochenden Salzwasser eine Minute kochen, herausnehmen und auf einem Sieb abtropfen lassen.

Senfkörner in einem Topf mit 250 ml Wasser aufkochen, dann durch ein Sieb abgießen, geben, abspülen.

200 ml Wasser in einen Topf geben, mit Essig, Zucker und Salz abschmecken, abgespülte Senfkörner zugeben und 10 Minuten köcheln lassen. Anschließend die Senfkörner durch ein Sieb abgießen.

Kartoffeln waschen, schälen, halbieren und in einem Topf mit Salzwasser weichkochen.

Die Zwiebeln schälen und fein schneiden.

In einer tiefen Pfanne Butterschmalz erhitzen, die Zwiebeln darin anschwitzen.

Den abgetropften Grünkohl zugeben und mit Salz, einer Prise Zucker, Anis und gemörsertem Wacholder würzen. Die Hälfte der Sahne zugeben und köcheln lassen, bis der Kohl weich ist.

Hähnchenbrustfilets abwaschen und trockentupfen, dann der Länge nach in dünne Schnitzelchen schneiden.

Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, Thymian zum Aromatisieren in die Pfanne legen und die Schnitzelchen auf höchster Stufe kurz von jeder Seite kross anbraten.

Danach die Pfanne vom Herd ziehen und das Fleisch noch kurz in der Pfanne warm halten.

Die weich gekochten Kartoffeln abschütten und durch eine Kartoffelpresse drücken.

Die Milch im Topf erwärmen, Butter zugeben und darin schmelzen.

Dann die Milch zu den gepressten Kartoffeln geben. Mit Salz und Muskat würzen und zu einem cremigen Püree mit dem Kochlöffel vermischen.

Für die Sauce restliche Sahne in einem Topf aufkochen. Senf zugeben und mit Salz und Honig abschmecken.

Grünkohl mit gebratenen Hähnchenschnitzeln auf Teller geben, die Senfkörner darüber streuen.

Die Senfsahne angießen und das Kartoffelpüree dazu reichen.

Jacqueline Amirfallah am 20. Januar 2021