

Ofen-Pommes, Hähnchen-Geschnetzeltes und Champignons

Für 4 Personen

Ofen-Pommes:

1,5 kg festk. Kartoffeln	6 EL Sonnenblumenöl	3 EL Reismehl
4 TL feines Meersalz	2 Hähnchenbrustfilets	1 Zwiebel, fein gewürfelt
150 g frische Champignons	$\frac{1}{2}$ Bund Frühlingszwiebeln	150 ml Schlagsahne
Saft $\frac{1}{2}$ Zitrone	70 ml Brühe	1 EL Olivenöl
Salz, Pfeffer	frischer Parmesan am Stück	

Ofen-Pommes:

Backofen und Backblech auf 240 °C Ober- und Unterhitze vorheizen. Ein Bogen Backpapier passend schneiden.

Kartoffeln schälen und in etwa 1 cm dicke Stifte schneiden.

Anschließend unter fließendem Wasser abspülen. Stifte in eine große Schüssel geben und mit kochendem Wasser übergießen. 10-15 Minuten einweichen. Anschließend abgießen.

Die Pommes mit einem sauberen Küchentuch oder Küchenkrepp trocken tupfen und in einer Schüssel mit Öl, Reismehl und Salz vermischen. Das vorgeheizte Backblech vorsichtig mit Backpapier belegen, Pommes darauf verteilen und 30-35 Minuten goldbraun und knusprig backen. Nach 15 Minuten einmal wenden. Heiß servieren.

Hähnchen-Geschnetzeltes:

Das Fleisch in mundgerechte Stücke schneiden. Die Champignons etwas putzen und grob würfeln. Die Frühlingszwiebeln waschen und in feine Ringe schneiden.

Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Das Hähnchenfleisch anbraten, die Zwiebeln und die Champignons dazugeben, umrühren, salzen und pfeffern. Mit Brühe, Sahne und Zitronensaft ablöschen und 2-3min köcheln lassen bis die Sauce schön cremig ist. Die Frühlingszwiebeln dazugeben und nochmals abschmecken.

Anrichten:

Die heißen Pommes auf Schalen oder Schüsseln verteilen und das Geschnetzelte darauf geben und mit gehobeltem Parmesan und Kräutern vollenden.

Christian Henze am 03. Januar 2020