

Hähnchen-Brust-Filet mit Kräutern und Bandnudeln

Für 2 Personen

2 Hähnchenbrustfilets a 150 g	60 g Frühstücksspeck	200 g Bandnudeln, grün
1 Zehe Knoblauch	0,5 Bund Salbei	0,5 Bund Thymian
0,5 Bund Rosmarin	0,5 Bund Petersilie, glatt	1 EL Butterschmalz
50 g Butter, kalt	80 ml Weißwein, Riesling, trocken	Salz
Pfeffer, schwarz		

Den Backofen auf 80 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Hähnchenbrustfilets waschen und trocken tupfen. Den Knoblauch abziehen und halbieren. Die Nudeln in kochendem Salzwasser bissfest garen. Die Thymianblätter, die Rosmarinnadeln und die Petersilienblätter abzupfen. Das Fleisch mit Salz und Pfeffer würzen. Die Salbeiblätter im Ganzen auf den Speckscheiben verteilen und die übrigen Kräuter dazu legen. Die Speckscheiben mit den Kräutern nach innen um die Hähnchenbrustfilets wickeln und mit Zahnstochern fixieren. Das Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und den Knoblauch darin anrösten. Anschließend die Hähnchenbrustfilets auf jeder Seite etwa vier Minuten scharf anbraten, mit etwas Weißwein ablöschen und im Backofen warmstellen. Den Bratensatz in der Pfanne mit dem restlichen Weißwein nochmals ablöschen, die Butter dazugeben, das Ganze verrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Hähnchenbrustfilets mit den grünen Bandnudeln auf Tellern anrichten und mit der Soße garnieren.

Horst Lichter am 19. Februar 2010