

Brust vom Freilandhuhn mit Pilz-Gröstl

Für zwei Personen

Für das Huhn:

2 Brüste vom Freilandhuhn Öl mildes Chilusalz

Für das Pilz-Gröstl:

100 g kl Kräuterseitlinge	100 g kl. Pfifferlinge	100 g Champignons
1 großes Blatt Chinakohl	2 Frühlingszwiebeln	1 rote Peperoni
1 Zitrone	1 TL kalte Butter	2 Zweige Rosmarin
Salz	Pfeffer	

Für das Huhn:

Den Backofen auf 100 Grad Umluft vorheizen.

Hühnchenbrüste längs in 4 Streifen schneiden. Eine Pfanne bei mittlerer Temperatur erhitzen, $\frac{1}{2}$ TL Öl mit einem Pinsel darin verstreichen. Die Hühnchenbruststreifen darin einige Minuten braten, bis sie saftig durch sind. Mit Chilusalz würzen und im vorgeheizten Backofen fertig garen. Ggf. in der Pfanne mit den Pilzen nachbraten.

Für das Pilz-Gröstl:

Pilze putzen und je nach Größe halbieren oder in 0,5 bis 1 cm dicke Scheiben schneiden.

Frühlingszwiebeln putzen und schräg in 0,5 cm breite Scheiben schneiden. Peperoni waschen, den Strunk heraus schneiden, die Kerne weitgehend entfernen und die Schote in 0,5 cm breite Ringe schneiden.

Chinakohl in 1 bis 1,5 cm große Blättchen schneiden. Rosmarin abbrausen und trockenwedeln. Eine große Pfanne bei mittlerer Temperatur erhitzen. Etwas Öl mit einem Pinsel darin verstreichen. Pilze darin einige Minuten anbraten.

Dann Frühlingszwiebeln, Peperoni und Rosmarin hinzugeben, braten und zum Schluss den Chinakohl hinzufügen. Noch etwas mitbraten.

Mit Salz und Pfeffer würzen. Etwas Zitronenschale abreiben, anschließend halbieren, eine Hälfte auspressen und das Ganze mit einem Spritzer Zitronensaft und Zitronenabrieb verfeinern und die Butter unterziehen.

Das Gröstel in tiefen warmen Tellern verteilen und die Hühnchenbruststreifen darauf anrichten. Mit Olivenöl beträufeln.

Alfons Schuhbeck am 22. Juli 2021