

Steffens und Kiras schnelle Saltimbocca

Für 2 Portionen

1 Perlhuhnbrust (ca. 250 g)	1-2 Scheiben Speck	4 Blätter Salbei
50 g Spinatblätter	1 Zwiebel	1/2 Zehe Knoblauch
Salz	Pfeffer	1 unbehandelte Zitrone
Öl		

Den Speck auslegen, die Perlhuhnbrust darauf legen, mit Salbei belegen und den Speck um das Fleisch schlagen. Öl in einer Pfanne erhitzen und die Perlhuhnbrust darin anbraten. Die Zwiebel abziehen, in feine Scheiben schneiden und in einer zweiten Pfanne im heißen Öl anbraten. Den Knoblauch abziehen, in Scheiben schneiden und mit dem Spinat zu den Zwiebeln geben. Mit Salz und Pfeffer würzen. Nach mehrmaligem Schwenken etwas Zitronenschale über das Fleisch raspeln und mit etwas Zitronensaft aromatisieren. Die gebratene Perlhuhnbrust auf dem Teller anrichten, den Spinat aus der Pfanne dazu legen. Zuletzt mit frisch gemahlenem Pfeffer verfeinern.

Steffen Henssler am 10. 10. 2011