

Teil 3 Fleisch und Fisch

Rezeptteil 2 von 4 Huhn in Sherry-Sauce

6 Personen

<u>Menge</u>	<u>Zutat</u>
3 Stk	Hähnchen-Brust
1 gr	Zwiebeln
1	Knoblauchzehen
1 EL	Mandelblättchen
1 TL	Kurkuma
1 MSP	Kreuzkümmel
60 ml	Sherry
60 ml	Weißwein
20 g	Zucker
60 ml	Sahne
	Salz und Pfeffer

Vorbereitung

1. Die Hähnchenbrust ggf. vorsichtig gleichmäßig dick plattieren, auf gleiche Größe halbieren und salzen.
2. Zwiebeln und Knoblauch fein würfeln.

Zubereitung

Kochfeld Stufe 6: In einer Pfanne die Mandelblättchen ohne Fett bräunen. Herausnehmen und beiseite stellen. Nun den Zucker schmelzen. **NICHT RÜHREN!** Mit Sherry und Weißwein ablöschen und die Gewürze dazu geben. Die Zwiebeln und den Knoblauch dazu und alles einkochen, bis der Alkohol größtenteils verkocht ist. Die Sahne hinzufügen und auf die gewünschte Konsistenz einkochen. Die Sauce in eine flache Schale gießen.

Grill - hohe direkte Hitze: Die Hähnchenbrust von beiden Seiten je 1 min. grillen, bis ein schönes Grillmuster entsteht. Sie sollten innen noch roh sein. Das Hähnchenfleisch in die Sauce geben und im Backofen oder auf dem Grill auf eine Kerntemperatur von 65 °C ziehen.