

Asparagi arrosto con spaghetti e petto di pollo

Gebratener Spargel mit Spaghetti und Hähnchenbrust

ZUTATEN:

SPARGEL & SPAGHETTI:

500 g weißer Spargel 500 g grüner Spargel

Meersalz $\frac{1}{2}$ $\frac{1}{2}$ Zucker

1 EL Zitronensaft (frisch gepresst)

gelbe Paprikaschote 1

Kirschtomaten 10

3 TL Moutarde à l'Estragon

3 EL Estragon-Essig

2 TL Honig

schwarzer Pfeffer aus der

Mühle

Butter 60 g 250 g Spaghetti

Olivenöl 2 EL

2 Stiele Basilikum

HÄHNCHENBRUST:

8 Scheiben Hähnchenbrust (ohne Haut – à ca. 80 g)

2 Eier (Kl. M)

200 g Chiabatta (altbacken)

> Meersalz Pfeffer

2 EL Mehl

Butterschmalz 125 g

4 Personen

Für den gebratenen Spargel den weißen Spargel ganz, den grü-上 nen im unteren Drittel schälen. Die Enden abschneiden. Spargelstangen in 4 – 5 cm lange schräge Stücke schneiden. Die Spargelschalen und -abschnitte in einem großen Topf mit ca. 400 ml Wasser, etwas Salz und Zucker und Zitronensaft aufkochen und 30 Minuten ziehen lassen.

→ Dann durch ein Sieb gießen und 80 ml Spargelsud abmessen. Den restlichen Spargelsud für weitere Verwendung beiseite stellen. Paprika halbieren, entkernen, schälen und in 2 – 3 cm große Stücke schneiden. Kirschtomaten halbieren. Den abgemessenen Spargelsud mit Estragon-Senf, Essig, Honig, etwas Salz und Pfeffer verrühren. Spargel-Senf-Sud für weitere Verwendung beiseite stellen.

Für die Hähnchenbruststreifen die Hähnchenbrust quer in ca. ½ cm dünne Scheiben schneiden. Eier verquirlen. Chiabatta im Univarsalzerkleinerer zu groben Paniermehl mahlen und in einen tiefen Teller geben. Fleisch leicht salzen und pfeffern, in Mehl wenden, überschüssiges Mehl abschütteln. Fleisch in den verquirlten Eiern wenden, abtropfen lassen, im Paniermehl wenden und dabei leicht andrücken. Butterschmalz in einer großen Pfanne erhitzen und die Hähnchenscheiben darin in 2 – 3 Minuten knusprig golden backen. Auf einem mit Küchenpapier ausgelegten Backblech abtropfen lassen und im vorgeheizten Backofen bei 60 ° C warm halten.

Für die Spaghetti 150 ml Spargelsud mit 40 g Butter auf die Hälfte einkochen lassen. Reichlich Salzwasser zum Kochen bringen. Spaghetti darin nach Packungsanweisung bissfest garen. In der Zwischenzeit das Olivenöl in einer großen Pfanne erhitzen. Den weißen Spargel darin bei mittlerer Hitze 5 Minuten braten. Die restliche Butter (20 g) dazu geben und den grünen Spargel und Paprika zufügen, kurz anbraten, mit Spargel-Senf-Sud ablöschen und zugedeckt weitere 6 – 8 Minuten garen. In der letzten Minute die Kirschtomaten zugeben. Spaghetti in einen Durchschlag gießen, abtropfen lassen und in eine vorgewärmte Schüssel geben. Spargel-Butter-Reduktion darüber gießen und gut mischen. Spaghetti in vorgewärmten tiefen Tellern mit dem Spargel und den krossen Hähnchenbruststücken anrichten. Mit abgezupften Basilikumblättern garnieren und sofort servieren.

Dieses Rezept ist ein Service von www.feine-kueche.jimdo.com