

Gebratene Hähnchenbrust mit Kürbisgemüse und Röstkartoffeln

Zutaten für die Kartoffelwürfel (für 4 Personen):

- 4 große Kartoffeln
- 60 g Butterschmalz
- 1 Zehe Knoblauch
- 40 g Butter
- 1 Bund Schnittlauch
- Salz

Kartoffeln schälen und in Würfel schneiden. Die Würfel circa 1 Stunde in lauwarmes Wasser legen, dann herausnehmen und mit einem Tuch trocken tupfen. Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und die Würfel darin unter ständigem Schwenken mit einer geschälten und zerdrückten Knoblauchzehe goldbraun braten. Am Ende die Butter hinzugeben und mit Salz würzen. Schnittlauch fein schneiden und zu den gebratenen Kartoffelwürfeln geben.

Zutaten für das Kürbis-Tomaten-Gemüse:

- 0,5 Hokkaido-Kürbis
- 40 g Butterschmalz
- Salz
- Pfeffer
- 1 Prise Zucker
- 6 Tomaten
- 80 g Butter
- 0,5 Bund Koriander

Kürbis vom Kerngehäuse befreien und in feine Würfel schneiden. Butterschmalz in eine Pfanne geben und erhitzen. Die Kürbiswürfel darin von allen Seiten goldbraun anbraten, anschließend mit Salz, Pfeffer und Zucker würzen. Tomaten vierteln und das Kerngehäuse entfernen. Die Tomatenfilets in Würfel schneiden.

Kürbis- und Tomatenwürfel und Butter zusammen in einen Topf geben und weich dünsten. Koriander fein schneiden und dazugeben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Zutaten für die Hähnchenbrust:

- 4 kleine Hähnchenbrüste
- 40 g Rapsöl
- 1 Zweig Thymian
- 1 Zehe Knoblauch
- 30 g Butter
- Salz
- Pfeffer

Hähnchenbrüste mit Salz und Pfeffer würzen. Öl in einer Pfanne erhitzen und das Fleisch darin von beiden Seiten goldbraun braten. Die Hitze reduzieren, Butter, Thymian und Knoblauch in die Pfanne geben und die Fleischstücke mithilfe eines Löffels immer wieder damit übergießen. Die Hähnchenbrüste aus der Pfanne nehmen und in den Topf auf das Kürbis-Tomaten-Gemüse legen. Einen Deckel aufsetzen und warmhalten.

Sendung/Quelle: Schleswig-Holstein Magazin

Sendetermin: 10.10.2024

Koch/Köchin: Volker Fuhrwerk

Weitere Rezepte und Tipps auf: www.ndr.de/kochen