





Hähnchen mit Balsamico-Pilzen und Kartoffelstampf

 30-40Min.  2 Personen

Balsamessig ist eine Spezialität aus der italienischen Region Modena. Die dunkle Mischung aus Weinessig und eingekochtem Traubenmost mit dem süßsauren Geschmack ist besonders für kalte Speisen beliebt. Aber auch bei warmen Gerichten hat der Essig was drauf: Probier es aus mit dieser feinen Balsamico-Pilz-Sauce, die du mit einem eleganten Kartoffelpüree zu zarter Hähnchenbrust servierst!

Was du von uns bekommst

- 1 Packung Hähnchenbrustfilet
- 1 Päckchen Balsamicoessig ¹²
- 10g frisches Basilikum
- 500g mehligkochende Kartoffeln
- 1 Päckchen Provence-Kräuter
- 1 Packung Kirschtomaten
- 1 rote Zwiebel
- 1 Packung Champignons
- 1 Knoblauchzehe

Was du zu Hause benötigst

- Salz
- Weizenmehl ¹
- Schwarzer Pfeffer
- Olivenöl

Küchenutensilien

- 2 mittelgroße Pfannen
- Backofen mit Umluft oder Ober-/Unterhitze
- großer Kochtopf
- Kartoffelstampfer
- Messbecher

Vergiss nicht, dein Gemüse noch mal gut abzuwaschen, bevor du es verwendest.

Allergene

Gluten (1), Schwefeldioxid und Sulphite (12). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Kalorien 618.0kcal, Fett 24.2g, Eiweiß 47.1g, Kohlenhydrate 47.4g



1. Kartoffeln kochen

Den Backofen auf 180°C Umluft (200°C Ober-/Unterhitze) vorheizen. In einem großen Topf ausreichend leicht gesalzenes Wasser für die **Kartoffeln** aufsetzen. Die **Kartoffeln** schälen und je nach Größe halbieren oder vierteln. Sobald das Wasser kocht, die **Kartoffeln** hineingeben und in ca. 20-25Min. weich köcheln.



4. Pilze anbraten

Die **Champignons** in einer weiteren mittelgroßen Pfanne mit 1-2EL Olivenöl bei starker Hitze ca. 2-3Min. scharf anbraten, aus der Pfanne nehmen und warm halten.



2. Pilze schneiden

Die **Zwiebel** schälen, halbieren und in Streifen schneiden. Den **Knoblauch** schälen und in feine Scheibchen schneiden. Die **Champignons** ggf. mit etwas Küchenkrepp oder einer Bürste säubern und vierteln.



5. Sauce ansetzen

Die **Zwiebeln** und den **Knoblauch** in derselben Pfanne bei niedriger Hitze ca. 1-2Min. glasig andünsten. Mit 1-2EL Mehl bestäuben, mit dem **Balsamicoessig** und 200ml Wasser ablöschen und mit Salz und Pfeffer würzen. Ca. 3-4Min. zu einer dickflüssigen **Sauce** einköcheln lassen. Die **Pilze** zugeben und in der **Sauce** warm werden lassen, mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Fragen zur Zubereitung oder zum Rezept? Deine Koch-Hotline: **030 208 480 510**

Aus 100% Altpapier • Schau dir das Rezept in deinem Konto auf marleyspoon.de an.    **#marleyspooning**



3. Hähnchen garen

Das **Fleisch** trocken tupfen. Die **Provence-Kräuter** mit 1-2EL Öl vermischen, das **Fleisch** damit einreiben und anschließend in einer mittelgroßen, ofenfesten Pfanne bei starker Hitze von jeder Seite ca. 1-2Min. scharf anbraten. Die **Kirschtomaten** dazugeben und beides ca. 7-9Min. im Ofen garen. **Tipp:** Wer keine ofenfeste Pfanne hat, gibt alles in eine Auflaufform.



6. Kartoffeln stampfen

Sobald die **Kartoffeln** gar sind, das Wasser abgießen. Die **Kartoffeln** mit 2-3EL Olivenöl stampfen und mit Salz abschmecken. Die **Basilikumblätter** von den Stängeln zupfen, fein schneiden und kurz vor dem Servieren unter den **Kartoffelstampf** mischen. Das **Hähnchen** und die **Pilze** mit dem **Kartoffelstampf** anrichten und servieren.