



Mein persönliches Back- und Kochbuch

Kochen und Backen Kinderleicht gemacht!



Jägertoast mit Hähnchenbrust

Zutaten für 4 Portionen:

4 Hähnchenbrüste
500g braune Champions
8 Scheiben Weizentost
1 Rote Zwiebel (Charlotte)
1 Zehe Knoblauch
2 Tomaten
2 Salatherzen
2-3 Teelöffel Petersilie
Salz, Pfeffer & Paprikapulver
125 ml. Weißwein
Etwas Knoblauchbutter & Öl



Vorbereitungen:

Am Vortag die Hähnchenbrüste mit Paprikapulver, Salz & Pfeffer würzen und in den Kühlschrank stellen. Die Champions säubern und in feine Scheiben schneiden. Danach die Zwiebeln und den Knoblauch schälen, eine Zwiebel in kleine Würfel und die andere in Ringe schneiden. An den Salatherzen den Strunk abschneiden, die einzelnen Blätter unter fließendem kaltem Wasser abspülen und abtropfen lassen. Den Knoblauch so klein wie möglich schneiden (nicht pressen). Die Tomaten ebenfalls in kleine Würfel schneiden. Zwiebelwürfel, Knoblauch und Tomaten in eine kleine Schüssel geben und gut vermengen.

Zubereitung:

In einer geeignet große Pfanne die Knoblauchbutter und etwas Öl erhitzen und die Hähnchenbrüste kross anbraten. Danach das Fleisch im Backofen bei 75 Grad langsam garen lassen. Nun die Champions in der Pfanne anbraten, den Petersilie hinzugeben und unter alles noch etwas braten lassen, dann mit dem Schuss Weißwein ablöschen und der gleichen Menge Wasser kurz aufkochen lassen, mit Salz & Pfeffer würzen und als Sauce einbinden. *(ob mit Saucenpulver Hell, Mehl oder Saucenbinder bleibt jedem selbst überlassen)*

Im nächsten Schritt werden wir den Toast schön braun Toasten und auf einem Rost in den gewärmten Ofen legen zum warm halten.

Mein Tipp: Die vier Teller ebenfalls zum Erwärmen in den Ofen stellen.

Zusammenfügen:

Einen angewärmten Teller aus dem Ofen nehmen, eine Scheibe Toast nehmen, darauf legen wir dann einige Blätter der Salatherzen, so dass der Toast bedeckt ist, darauf dann das Tomaten, Zwiebel und Knoblauch Gemisch mit einem Esslöffel verteilen, nun eine Hähnchenbrust darauf platzieren und mit der Pilzsauce übergießen und einige Zwiebelring obendrauf, zum Abschluss noch eine Scheibe Toast obendrauf und servieren.

Fleischarten:

Statt der Hähnchenbrust ist es auch möglich, Schweinemedallion, Putensteaks oder Schweinesteak zu verwenden.

