

Rezepte für den Groß Glienicker Männerkochkreis am 26. Oktober 2016

- Fruchtige Möhrensuppe
- Hähnchen à la Saltimbocca mit Brokkoli und Kartoffelstampf

Hähnchen à la Saltimbocca mit Brokkoli und Kartoffelstampf

<u>Kartoffelstampf für 8 Personen</u> 2 kg mehlig kochende Kartoffeln Salz 1 kleine Tasse Milch ca. 90 g Butter etwas Muskatnuss	<u>Hähnchen für 8 Personen</u> ca. 1,2 kg Hähnchenbrustfilets 4 EL Butterschmalz (Butaris) schwarzer Pfeffer, aus der Mühle 16 Salbeiblätter 16 Scheiben Parmaschinken Cayennepfeffer etwas Mehl, zum Bestäuben Zahnstocher
---	---

Zubereitung Kartoffelpüree:

Die Kartoffeln schälen und kochen. Mit erwärmter Milch (Mikrowelle!), Butter und Muskatnuss stampfen.

Zubereitung Hähnchen:

Die Hähnchenbrust waschen, trocken tupfen und längs je nach Größe in Streifen schneiden (bei 8 Personen in 16 Streifen). Jedes Fleischstück salzen und pfeffern, mit zwei Salbeiblättern belegen und anschließend in eine Scheibe Parmaschinken wickeln. Die Parma- Hähnchen leicht mit Cayennepfeffer und Mehl bestäuben. Überschüssiges Mehl abklopfen, so dass nur ein Hauch hängenbleibt.

Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und die Hähnchenröllchen darin von jeder Seite etwa drei Minuten braten, bis zum Anrichten im auf 80° geheizten Backofen ruhen lassen.

Das Parma-Hähnchen mit dem Kartoffelstampf und dem Brokkoli auf einem Teller anrichten und servieren.

Sauce fehlt !!!

Brokkoli

<u>Zutaten für 8 Personen</u> gut 1,2 kg Brokkoli 1 Knoblauchzehe Salz 4 EL Olivenöl	
--	--

Zubereitung:

Den Brokkoli waschen, vom dicken Strunk befreien, in größere Röschen zerteilen und in einen Kochtopf geben. Nur etwas Wasser zugeben (im Topf 2 cm hoch). Großzügig mit Olivenöl begießen, salzen, Knoblauch zufügen.

Wasser zum Kochen bringen, dann bei mittlerer Hitze mit geschlossenem Deckel dünsten; nach 10 Minuten sticht man ihn kurz an; sollte er noch zu fest sein, noch etwas weiter dünsten; die Röschen sollten noch etwas Biss haben.