



HÄHNCHEN IN BASILIKUM-TOMATEN-SAUCE (WOK)

für 4 Personen

Zubereitungszeit: ca. 40 Minuten

Zutaten

100	g	Schalotten
500	g	Hähnchenbrustfilet
750	g	Tomaten
1		großes Bund Basilikum
2	EL	Öl
200	g	Crème fraîche
		Salz
		schwarzer Pfeffer, frisch gemahlen

Zubereitung

1. Die Schalotten schälen und fein würfeln. Die Hähnchenbrustfilets kalt abbrausen, abtrocknen und sehr fein würfeln.
2. Die Tomaten einritzen und kurz in kochendes Wasser legen. Herausheben und häuten, dann grob würfeln.
3. Das Basilikum eventuell waschen und gut trocken schleudern, dann einige Blättchen zum Garnieren beiseite legen. Die übrigen in feine Streifen schneiden oder hacken.
4. Den WOK und dann das Öl darin erhitzen. Die Schalotten und Rühren glasig werden lassen. Nach und nach das Hähnchenfleisch dazu geben und unter Rühren etwa 1 Minute scharf anbraten. Fertig angebratenes Fleisch an den Rand schieben.
5. Ist das ganze Fleisch angebraten, die zerkleinerten Tomaten und die Crème fraîche in den WOK geben. Alle Zutaten verrühren, mit den feingeschnittenen Basilikum, Salz und Pfeffer würzen. Unter Rühren bei starker Hitze noch etwa 4 Minuten köcheln lassen.
6. Die Sauce mit Salz und Pfeffer abschmecken, das Gericht mit den Basilikumblättchen garniert servieren.

Tipp:

- Dazu grüne Bandnudeln, die Sie zwischenzeitlich in reichlich Salzwasser schön bissfest gekocht haben, servieren.
- Die Sauce eventuell mit etwas Weißwein abrunden.

Guten Appetit!