



Kochrezepte vom BELLER HOF



Hähnchenfilet mit weißem Spargel und Gnocchi

Zutaten für 4 Personen:

400g Hähnchenbrustfilet, 5 EL Olivenöl, 500g weißer Beller Spargel,
250g braune Champignons, 100ml Weißwein, 200ml Gemüsebrühe,
100ml Schlagsahne, 200g Junge Erbsen (TK), 1 EL Speisestärke,
500g Gnocchi, frischer Zitronenthymian, Salz,
Schwarzer Pfeffer aus der Gewürzmühle

Zubereitung:

Das Hähnchenbrustfilet in mundgerechte Stücke schneiden, salzen und pfeffern. 2 EL Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und das Fleisch darin rundherum 4 Minuten braten. Aus der Pfanne nehmen und für später beiseite stellen.



Kochrezepte vom BELLER HOF

Die Spargelenden abschneiden und den Spargel schälen. Spargelstangen dritteln. Champignons putzen und vierteln.

2 EL Öl in der Pfanne erhitzen und den Spargel 4 Minuten anbraten.

Dann die Pilze kurz mit anbraten. Den Weißwein dazugeben und mit Brühe und Sahne aufgießen. Erbsen dazugeben. Bei geschlossenem Deckel das Gemüse weitere 10 Minuten garen lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Zum Schluss das Hähnchenfleisch dazugeben, erwärmen und die Sauce mit Speisestärke abbinden.

Während das Gemüse in der Pfanne schmort, die Gnocchi 2 Minuten in kochendes Wasser geben. Abgießen und abtropfen lassen.

Etwas Öl in einer Pfanne erhitzen und die Gnocchi goldbraun braten.

Die Gnocchi zusammen mit dem Hähnchengeschnetzelten servieren.

Mit frischem Zitronenthymian bestreuen.

Guten Appetit!