



Hühner-Korkenzieher

ZUTATEN:

400 g Korkenzieher-Nudeln

3 dicke Möhren

1 Bund gemischte
Gartenkräuter

100 g Pinienkerne

4 Hühnerbrüste

Salz

frisch gem. schwarzer Pfeffer

1 EL Öl

1 EL Butterschmalz

2 kleine Fenchelknollen

Saft von 1 Zitrone

Salz

Mehl

4 EL Olivenöl

ZUBEREITUNG:

Die Möhren schälen, waschen, Kugeln ausstechen und diese etwa 2-3 Minuten in kochendem Wasser blanchieren. Abgießen, kalt abschrecken, zugedeckt beiseite stellen, sie sollen nicht auskühlen.

Die Kräuter waschen, trockenschleudern und fein schneiden.

Die Pinienkerne in einer trockenen Pfanne rösten.

Die Hühnerbrüste im Ganzen salzen, pfeffern und mit dem Öl einpinseln. In einer Pfanne das Butterschmalz erhitzen und das Fleisch auf jeder Seite 3 Minuten braten. Warm halten.

Den Fenchel putzen und der Länge nach in Scheiben schneiden. Die Scheiben mit Zitronensaft beträufeln, salzen und in Mehl wenden, überschüssiges Mehl abklopfen. Gleichzeitig in einem großen Topf reichlich Wasser erhitzen und salzen.

Die Nudeln auf einmal hineinschütten, durchheben und bißfest garen.

Das Öl in einer großen, tiefen Pfanne erhitzen und die Fenchelscheiben auf beiden Seiten 2-3 Min. braten.

Die Nudeln abseihen und zusammen mit den Möhrenkugeln und den Pinienkernen zugeben und durchwärmen.

Die Kräuter unterrühren. Auf vorgewärmten Tellern verteilen und mit der in Scheiben geschnittenen Hühnerbrust anrichten.