Hühnerbrust in Zitronen

Kategorien:	Geflügelgerichte
Land / Stil:	k.A. / k.A.
Bewertung:	(noch nicht bewertet)



Zutaten

2 – 3 Knof –Zechn
1 unbehaundlte Zitron
2 EL Pflaunznöö
40 g Butta
4 Hendlbrustfilees ohne Haud
3 – 4 EL ghockta
frischa, glotta Bedasüü
Soiz
Pfeffa
Nudln
Solot

Zubereitung

Wiedaamoi schöö ma zeascht in Knofe und schneidn eam in dinne Schei´m.
Ziag de Zitronanschoin mid aan Opfeschööla in feine Streifn oo.
Den Soft vo aana Zitronan – Höööftn tua auspressn.
Es Öö und de Butta tua bei aana niedrign Temparatua in da Pfaunn eahitzn.
Hau es Hendlfleisch dazua und brods auf jeda Seitn guad 10 Minutn au.
Nimms aussa, legs auf an Tölla und hoits schee woam.
In Knofe tua jetzand 30 Sekundn laung brodn.
Gib 2 EL Wossa, de Schoin und in Soft vo da Zitron, und den Bedasüü dazua.
Wiaz es guad und tuas 1 Minutn eahitzn.
Vatäus mid an Leffe aufm Fleisch.

Tip: Ois Beilog kaunnst Nu'ln, an grean Solot, oda a Letscho seawian.