

Hähnchen in Senf-Sauce von Aurélie Bastian

Zu Gast: Aurélie Bastian

Dieses Rezept haben wir bei der wunderbaren Aurélie Bastian von „Französisch kochen“ entdeckt. Aurélie sagt: „Diese gebratene Hähnchenbrust mit Senfsauce ist einfach soooo gut! Das perfekte Rezept, wenn das Wetter nicht so mitmacht und man ein gutes Soulfood-Rezept braucht.“ Und noch ein Tipp von Aurélie: „Das Gericht im Backofen „ziehen lassen“!

Vorbereitung 30 Min. · Kochzeit 40 Min. · Gesamtzeit 70 Min. · 4 Portionen

Zutaten

4 Hähnchenbrüste
2 Zwiebeln
20 g Butter
1 Schuss Cognac
8 -10 g Mehl (Type 45)
200 -250 ml Sahne (mind. 32% Fett)
2 gute TL Dijon-Senf
Salz/Pfeffer
50 g Crème fraîche
frische Petersilie zum Servieren

Zubereitung

1. In einer Pfanne die Butter schmelzen und darin die Hähnchenbrust von jeder Seite gut anbraten. Auf die Seite stellen.
 2. Die Zwiebeln in Scheiben schneiden, in derselben Pfanne anbraten und mit Cognac ablöschen. Mehl auf die Zwiebeln streuen, rühren. Dann die Sahne mit in die Pfanne geben, den Senf, Crème fraîche, Salz und Pfeffer. Gut umrühren.
 3. In einer Auflaufform die Hähnchenbrust platzieren und die Senfsauce darauf gießen. Das Ganze im vorgeheizten Backofen bei 180°C Umluft 18-20 Minuten köcheln lassen.
 4. TIPP: Die Backzeit ist von der Dicke eurer Hähnchenbrust abhängig.
 5. Dazu Reis, Nudeln, Kartoffelpüree oder Bratkartoffeln als Beilage.
-