



Im Handumdrehen fertig: „H“ wie Hähnchen – mit Balsamico, Tomaten und Mozzarella

Balsamico ist ein dunkel-brauner Essig. Er hat einen süß-sauren Geschmack. Zusammen mit dem braunen Zucker macht er das Hähnchen richtig lecker!



Tipp: Viele haben Angst vor Pfannen-Gerichten, weil beim Braten das heiße Fett spritzt. Unsere Hähnchen-Filets werden in der Balsamico-Soße gedünstet. Ganz ohne Gefahr!



geht schnell



leicht



Sie brauchen (für 4 Portionen):

125 Gramm Balsamico-Essig	1 Tomate
2 Ess-Löffel brauner Zucker	1 Päckchen Mozzarella
1 Ess-Löffel Oregano-Gewürz	Basilikum-Blätter
2 Hühnerbrust-Filets zu jeweils 200 Gramm	Pfeffer
	Olivenöl



Hähnchen mit Balsamico, Tomaten und Mozzarella



1 Hähnchen-Filets waschen



2 Mit Küchen-Krepp trocken tupfen und in der Mitte durchschneiden



3 Ein paar Basilikum-Blätter und die Tomate waschen



4 Die Tomate und den Mozzarella in Scheiben schneiden



5 125 Gramm Balsamico-Essig in eine Schüssel gießen



6 Dann mit dem braunen Zucker, Pfeffer und Oregano-Gewürz mischen



7 Soße in die Pfanne gießen und bei mittlerer Hitze etwa 6 Minuten eindicken lassen



8 Hähnchen in die Pfanne geben und 4 Minuten auf der einen Seite garen



9 Dann umdrehen und auf der anderen Seite auch 4 Minuten garen



10 Das Hähnchen-Fleisch auf die Teller verteilen



11 Darauf eine Tomaten-Scheibe, eine Mozzarella-Scheibe und Basilikum-Blätter legen



12 Zuletzt etwas Oliven-Öl darauf geben – guten Appetit!