Pouletbrust an Speck-Rahmsauce mit Salbei-Nüdeli

Pouletbrüstchen sind von eher dezentem Geschmack, lassen sich aber gut mit kräftigeren Saucen kombinieren. Eine Rahmsauce mit Speck, Zwiebel und Noilly Prat, dem trockenen französischen Wermut, passt sehr gut zum milden Hühnerfleisch, sie ist aromatisch, aber nicht zu kräftig. Hühnerfleisch muss wegen der Salmonellengefahr durchgegart werden. Die Brüstchen dürfen aber auch nicht zu lange gegart werden, sonst werden sie trocken. Wenn man sie zuerst am Stück kurz und heiss anbrät, das gibt Geschmack, und sie dann in Tranchen geschnitten in der Sauce mitgart, werden sie bestimmt ganz delikat.

Feine Nüdeli (Fedellini), in mit Salbei und Knoblauch aromatisierter Butter gewendet, sind eine ideale Beilage zur zarten Pouletbrust.

Zutaten (pro Portion)

1	Pouletbrust, ca. 160g
1Tl	Zitronensaft
2	Tranchen Bratspeck
20g	Zwiebel
4cl	Noilly Prat
5cl	Hühnerbouilllon
20g	Sauerrahm
	Bratbutter
	Maizena

Salbeinüdeli:

60g	schmale Nudeln, z.B. La Chinoise
1	Knoblauchzehe
3-4	frische Salbeiblätter
15g	Tafelbutter
	Salz

Zubereitung

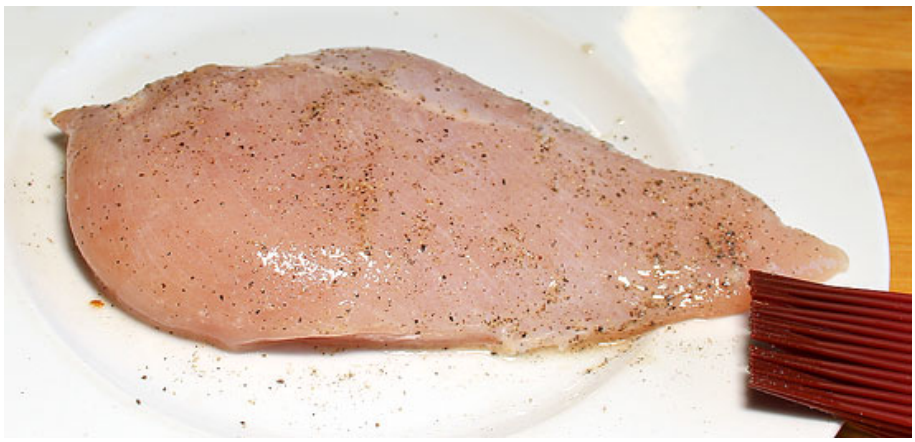
Pouletbrust ringsum mit Salz und Pfeffer würzen und mit Zitronensaft einpinseln. Ein paar Minuten ziehen lassen.

Bratspeck zu schmalen Streifchen schneiden. Zwiebel hacken. Salbei zu Streifchen schneiden. Knoblauch grob hacken.

Pouletbrust beidseitig ca. 1 Minuten scharf anbraten, aus der Pfanne nehmen.
In der gleichen Pfanne Bratspeck zusammen mit der Zwiebel leicht anbraten, Noilly Prat und Bouillon zugiessen und auf die Hälfte einkochen lassen. Sauerahm einrühren und kurz aufkochen. Ev. mit wenig Maizena abbinden.

Pouletbrust zu 1 bis 1 1/2cm dicken Tranchen schneiden. 8 Minuten in der leicht köchelnden Sauce ziehen lassen, dabei einmal wenden.

Nebenher die Salbei-Nüdeli zubereiten:
Nüdeli in Salzwasser gar kochen und abgiessen. Pfanne kurz auswaschen.

Salbei und Knoblauch in Tafelbutter 3-4 Minuten dünsten. Nüdeli zugeben und vermischen.

Auf einem heissen Teller anrichten.