



## Poulet Brust an Senfsauce

Das Rezept ist für 4 Personen berechnet.

Legende: TL = Teelöffel, EL = Esslöffel, MSP = Messerspitze,  
lt = Liter, dl = Deziliter (1/10), cl = Centiliter (1/100)

### Zutaten

Poulet Brust 4x  
Bratfett  
Meersalz  
Pfeffer

### Zubereitung

Backofen auf 140 Grad vorheizen. Poulet Brust in wenig Bratfett beidseitig kurz anbraten bis Oberflächen leichtgoldig sind. Würzen, ohne Wärme zwischenlagern. Pfanne mit Bratenzusatz für Sauce verwenden. Vor dem Servieren bei 140 Grad 20Min im Ofen garen. Beim Anrichten jede Poulet Brust schräge in 4 Stücke schneiden.

## Senfsauce

### Zutaten

1 Schalotte  
0.5 dl Weisswein  
100g Geflügelbrühe  
1 dl Rahm  
2 EL Senf  
Butter  
Meersalz  
Pfeffer

### Zubereitung

Fein gehackte Schalotte in Bratpfanne mit etwas Butter glasig dünsten. Mit Weisswein ablöschen, Brühe dazugeben, mischen, ein reduzieren, Schalotte absieben. Senf und Rahm dazu geben, mit Maizena leicht abbinden, aufkochen bis die Sauce sämig ist. Gut mischen abschmecken.