

Schwarzwurzeln mit Hähnchensaltimbocca



Zutaten (1 Portion):

- 300 g Schwarzwurzeln
- Zitronensaft
- Salz
- 1 Hähnchenbrustfilets (à 120 g)
- Pfeffer, rosa
- 1-2 Scheiben Rinderschinken
- 2 große Salbeiblätter
- 1 TL Butter
- 1 TL Speiseöl
- etwas Zitronensaft
- 1 EL Sahne
- Agavendicksaft

Zubereitung:

Schwarzwurzeln waschen, schälen und kurz in Zitronenwasser legen. Salzwasser zum Kochen bringen, Schwarzwurzeln in Stücke schneiden und darin ca. 15 Minuten garen. Hähnchenbrust waschen, trocken tupfen, mit Pfeffer würzen und mit dem Rinderschinken umwickeln. Nach Belieben einem oder zwei Salbeiblättern be-

legen und mit einem Holzspieß feststecken. Butter und Öl in einer Pfanne erhitzen, Hähnchen darin von beiden Seiten ca. acht Minuten anbraten, herausnehmen und warm stellen. Schwarzwurzeln abgießen, abtropfen lassen und warm stellen, dabei 20 ml des Kochwassers auffangen. Schwarzwurzelnkochwasser in den verbliebenen Bratensud geben. Zitronensaft angießen, mit Sahne ablöschen und ca. fünf Minuten köcheln lassen. Sauce mit Salz, Pfeffer und Agavendicksaft abschmecken. Hähnchensaltimbocca auf einem Teller anrichten, Holzspieß entfernen. Mit Schwarzwurzeln, Zitronensauce servieren.

Zubereitungszeit: ca. 45 Minuten

