

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 18. August 2025** ▪
Leibgericht mit Nelson Müller



Octavio Marín Enríquez

Hähnchenbrust in rahmiger Chipotle-Sauce mit Gemüse-Reis

Zutaten für zwei Personen

Für die rahmige Chipotle-Sauce:

- 1 eingelegte Chipotle-Chilischote
- ½ Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- ½ Zitrone, Saft
- 150 g Frischkäse
- 150 ml Kochsahne
- 150 ml Gemüsefond
- 1 TL Tomatenmark
- Neutrales Pflanzenöl, zum Braten
- 1 Prise geräuchertes Paprikapulver
- Salz, aus der Mühle

Die Zwiebel und den Knoblauch abziehen, grob schneiden und in einer Pfanne mit Öl andünsten. Frischkäse, Chili, Zitronensaft, Brühe, Sahne, Tomatenmark, Paprikapulver und andünstete Zwiebel und Knoblauch in einem Becher mit einem Pürierstab mixen. Mischung zurück in die Pfanne geben und kurz köcheln lassen.

Für die Hähnchenbrust:

- 2 Hähnchenbrustfilets à 200-250 g
- Neutrales Pflanzenöl, zum Braten
- 2 Zweige Thymian
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Hähnchenbrustfilets trockentupfen und salzen. Öl in einer Pfanne auf hoher Stufe erhitzen. Fleisch von beiden Seiten jeweils 3 Minuten scharf anbraten. Die Hitze auf kleinste Stufe reduzieren, Thymianzweige mit in die Pfanne legen. Hähnchenbrust pfeffern und von beide Seiten jeweils weitere 2 Minuten garen lassen.

Für den Gemüse-Reis:

- 100 g Jasmin-Reis
- 2 Karotten
- 100 g aufgetaute TK-Erbsen
- 100 g Dosenmais, abgetropft
- Neutrales Pflanzenöl, zum Braten
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Reis waschen und in einem Topf mit Wasser (Verhältnis 1:1,25 Wasser) geben. Auf höchster Stufe bei geschlossenem Deckel aufkochen. Anschließend Hitze auf niedrige Stufe reduzieren. Karotten schälen, in kleine Würfel schneiden und kurz in einer Pfanne mit Öl anbraten. Reis für ca. 7 Minuten köcheln lassen, bis das Wasser verdampft ist. Deckel abnehmen. Reis salzen, umrühren, Gemüse unterheben und wieder Deckel zu machen, damit der Reis feucht und warm bleibt. Nochmals mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Garnitur:

- 1 Avocado
- ½ Bund glatte Petersilie
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Reis auf dem Teller servieren. Avocado in Scheiben schneiden, salzen und pfeffern. Hähnchenbrust auf dem Teller legen, Soße darauf gießen und mit fein gehackter Petersilie garnieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.