frei nach Chefkoch

## Hähnchenbrust flambiert

2 Portionen

#### Zutaten

2 Hähnchenbrüste oder entbeinte Hähnchenteile, 400 g Crème fraîche, 100 g Sahne, 50 g Butter, 1 Esslöffel Pfefferkörner, 3 Esslöffel Sojasauce, 1 große Mango, Salz, Pfeffer, Paprikapulver edelsüß, Tabascosauce oder Sriracha, 3 Esslöffel Strohrum oder anderer hochprozentiger Schnaps



# **Zubereitung**

- 1. Hähnchenteile kalt abwaschen, trockentupfen und von Sehnen und Bindgewebe befreien
- 2. Hähnchenteile mit etwas Salz, Pfeffer und Paprikapulver einreiben
- 3. bei der Mango die Breitseiten parallel zum vermuteten Kern abschneiden, schälen und als Dessert beiseite stellen
- 4. das Fruchtfleisch um den Kern herum schälen abschneiden und in kleine Stücke zerteilen
- 5. Pfefferkörner grob zerstoßen
- 6. Butter in der Pfanne leicht anbräunen, darin die Hähnchenteile von beiden Seiten je nach Fleischdicke braten bis sie durchgebraten sind
- 7. in einer Kelle den Schnaps erhitzen, anzünden und über die Hähnchenteile geben, abbrennen lassen.
- 8. die Hähnchenteile aus der Pfanne nehmen und warm stellen.
- 9. in die Pfanne die Crème fraîche geben, ebenso die Pfefferkörner und damit die Sauce loskochen
- 10. Mangostücke und Sojasauce zugeben und mit Tabasco oder Sriracha abwürzen, kurz durchziehen lassen
- 11. zum Anrichten die Soße über die Hähnchenteile geben

### **Zeitbedarf**

30 Minuten

## dazu paßt

Reis, Kroketten, Süßkartoffeln