

Chicoréepfanne mit Hühnchen **(für 4 Personen)**

Zutaten:

3 Chicorée
4 Hühnerbrustfilets
½ rote Paprika
2 mittelgroße Möhren
½ Kohlrabi
1 kl. Stück Rettich
Salz, Pfeffer, Petersilie, Schnittlauch
Butter, Weizenmehl

Zubereitung:

Möhren, Rettich und Kohlrabi schälen und stifteln (Länge ca. 2,5 – 3cm). Die Paprika in kleine Streifen schneiden. Chicorée waschen und schneiden, dabei den Strunk entfernen. Die Hühnerbrustfilets in dünne Streifen schneiden und mit Salz und Pfeffer würzen. Chicorée, Möhren und Kohlrabi in etwas Salzwasser ca. 10min. dünsten. In dieser Zeit in einer großen Pfanne Öl (am besten Olivenöl) erhitzen und die Hühnerbrustfilets braten. Mit einer Schaumkelle das Gemüse abschöpfen (die Brühe nicht weggießen), in die Pfanne geben und braten lassen. Die Paprika dazugeben. Mit der Butter und dem Mehl in einer kleinen Pfanne eine Mehlschwitze machen, in die Gemüsebrühe geben und sämig köcheln lassen. Die Hähnchen-Gemüse-Pfanne noch ca. 5min auf dem Herd lassen und den Inhalt ein paarmal wenden. Den Rettich und die frische Petersilie darüber geben, noch einmal umrühren und auf die Teller geben. Den frischen Schnittlauch in die Soße geben umrühren und über die Chicoréepfanne mit Hühnchen geben. So ist der Schnittlauch beim Auftragen noch knackig.