

Zarter Spargel mit Hähnchenfilet und Weinsoße

Zutaten für 4 Personen:

800 g mittelgroße Kartoffeln
Salz, Pfeffer
1 kg weißer Spargel
25 g geriebener Parmesan (oder Käse nach Geschmack)
1 Schalotte
ca. 50 g Butter oder Margarine
1/4 Ltr. trockener Weißwein (z.B. Riesling)
200 g Schlagsahne
2-3 EL heller Soßenbinder
2 Eigelb
ca. 1 TL Gemüsebrühe (Instant)
4 Hähnchenfilet (ca. 500 g)
1-2 EL Öl
1/2 Bund Schnittlauch
15 g Mandelblättchen
Kerbel zum Garnieren

Zubereitung:

Kartoffeln waschen, schälen, einzeln auf einen Löffel legen und mehrmals tief einschneiden. Kartoffeln in eine große, feuerfeste Form setzen. Mit Salz, Pfeffer und Parmesan bestreuen. Ca. 40 g Fett in Flöckchen auf den Kartoffeln verteilen und diese im vorgeheizten Backofen bei 200°C 45-50 Minuten backen.

Inzwischen Spargel schälen, waschen und holzige Enden abschneiden.

Spargel in Salzwasser 15-20 Minuten kochen. Für die Soße Schalotte schälen, fein würfeln und im restlichen Fett glasig dünsten. Mit Wein und Sahne, bis auf 3 EL, ablöschen und aufkochen, mit Soßenbinder binden. Restliche Sahne und Eigelb verquirlen und in die heiße Soße rühren.

Nicht mehr kochen!

Die Soße mit Salz, Pfeffer und der Brühe pikant abschmecken.

In der Zwischenzeit Hähnchenfilets waschen, trockentupfen und im heißen Öl unter Wenden ca. 10 Minuten braten. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Schnittlauch waschen und in feine Röllchen schneiden.

Mandeln in einer Pfanne ohne Fett rösten.

4 Spargel abtropfen lassen. Mit Kartoffeln und Filets anrichten.

Etwas Soße über den Spargel geben.

Mit Mandeln, Schnittlauch und Kerbel garnieren.