

Rauchendes Hähnchenfilet mit Kartoffeln

Zeit: 60 min. Portionen: 3 Rezeptnr.: 0144

Zutaten:

Hähnchen im Speckmantel

350 g Hähncheninnenfilet
650 g Kartoffeln festkochend
100 g geräucherten Schinken
(2 Paket mit
150g Kaufen, der Rest kommt
in die Soße)
1 Bund Frische Karotten ca.
500-800g je
nach Bedarf
2 gestr. TL Kräutersalz
650 Gramm Wasser
2 gehäufte Teelöffel Salz

Soße

100 g geräucherten Schinken
35 g Butter
35 g Mehl
200 g Sahne alternativ Milch
1 ½ gehäufte Teelöffel
Gemüsepaste
alternativ 1 Würfel
Gemüsebrühe
300 g Garflüssigkeit aus dem
Mixtopf
alternativ Wasser



Zubereitung:

1. Zubereitung Hähnchenfilet

350g Hähncheninnenfilet mit Salz und Pfeffer würzen, dann jeweils mit einer halben Scheibe geräucherten Schinken einwickeln und in den Varoma Einlegeboden legen. Karotten schälen und in kleine Würfel oder Scheiben schneiden und in den Varoma behälter geben. Die Karotten mit Kräutersalz bestreuen. Kartoffeln schälen, vierteln und dann in den Gareinsatz geben. 650g Wasser und 2 TL Salz in den geben. den Varoma aufsatz auf den geben und das ganze dann 25 min Varoma Stufe 1 Kochen lassen. Die Kartoffeln aus dem Gareinsatz nehmen und warmhalten. Den Varoma Aufsatz abnehmen und ebenfalls warmhalten.

2. Zubereitung der Soße

die Garflüssigkeit in einen 2. Behälter geben und auffangen. der restliche geräucherte Schinken (ca. 100g) in den geben. dann den Deckel verschließen und 10sec. auf Stufe 7 zerkleinern. Alle anderen Zutaten (Butter, Mehl, Sahne, Gemüsepaste, 300g Garflüssigkeit) zum zerkleinerten geräucherten Schinken in den geben und bei 100° 4 Minuten (kurz auf Stufe 4 und dann) auf Stufe 2 runterstellen. Die Soße wird zum Essen serviert.

Rauchendes Hähnchenfilet mit Kartoffeln