

Hähnchenbrustfilet mit gebratenem, grünem Spargel

Spargel kann man ja auf unterschiedlichste Art zubereiten. Normalerweise wird weißer Spargel geschält und in kochendem Wasser gegart. Grünen Spargel kann man auf die gleiche Weise zubereiten.

Traditionell serviert man Spargel mit gekochtem Schinken, Salzkartoffeln oder hellem Fleisch wie Pute oder Huhn.

Und ebenfalls traditionell gibt man entweder Sauce Hollandaise auf die Spargel. Oder zerlassene Butter oder Kräuterbutter.

Beim grünen Spargel kann man es sich meistens einfach machen, denn man muss ihn nicht schälen. Ich habe ihn grob zerkleinert und etwa 10 Minuten in Butter kräftig angebraten.

Dazu noch Hähnchenbrustfilets, die ich die letzten 5 Minuten einfach auf beiden Seiten mit anbrate.

Fertig hat man ein Frühlings-Gericht, passend zur Spargel-Saison.

[amd-zlrecipe-recipe:392]