

Hähnchen-Saltimbocca, Gemüse, Orangen-Hollandaise

Für 4 Personen

Hähnchen-Saltimbocca:

4 Hähnchenbrüste	4 Sch. Parmaschinken	4 Blätter Salbei
1 EL Olivenöl	1 EL Butter	Salz, Pfeffer

Frühlingsgemüse:

12 Stangen Spargel	1 Bd. Frühlingszwiebeln	12 Kirschtomaten, geschält
3 EL Olivenöl	Salz, Pfeffer, Zitronensaft	1 EL Honig
1 EL Butter		

Orangen-Hollandaise:

4 Eigelb	5 EL Weißwein	$\frac{1}{2}$ TL Honig
1 Orange, Abrieb, Saft	200 g Butter, lauwarm	Salz, Pfeffer

Jedes Stück Fleisch mit einem Blatt Salbei belegen und einer Scheibe Parmaschinken unwickeln, leicht salzen und pfeffern und in einer heißen Pfanne mit Olivenöl von allen Seiten anbraten. Dann kurz in den auf 170 Grad vorgeheizten Ofen geben und 8-10 Minuten garen.

Zum Schluss Butter und, wer möchte, noch etwas Salbei zugeben. Die Kerntemperatur bei einer Hähnchenbrust beträgt 75 Grad.

Den Spargel schälen und an den Enden etwa 1 cm abschneiden. Wasser zum Kochen bringen, Salz, Zucker, Zitrone und Butter zugeben und sehr bissfest garen.

Den Spargel danach gleichmäßig in grobe Stücke, am besten schräg, schneiden.

Bei den Kirschtomaten den Stunk fein herauschneiden und sehr kurz in kochendes Wasser tauchen, anschließend in Eiswasser geben und die Haut abziehen.

Olivenöl in der Pfanne erhitzen, Spargel und Frühlingszwiebeln dazugeben und kurz anschwitzen. Danach Tomaten zugeben und mit Salz, Pfeffer, etwas Zitronensaft und einem Esslöffel Honig würzen. Zum Schluss die Butter in das Gemüse geben.

Eigelb mit Weißwein, Honig und Orangenschale, Zitronen- und Orangensaft im Wasserbad bei mäßiger Hitze schaumig schlagen. Tropfenweise braune Butter unter die Hollandaise geben und mit Salz, Pfeffer und evtl. Zitronensaft abschmecken.

Tipp:

Vorsicht, Wasserbad nicht zu heiß werden lassen, sonst wird die Eimasse zu Rührei. Lieber die Schüssel mit der Masse ab und zu aus dem Wasserbad heben.

Hähnchen-Saltimbocca mit Frühlingsgemüse und Orangen-Hollandaise auf Tellern anrichten und gleich servieren.

Michaela Hager am 28. April 2026