

# AUFGETISCHT am Sonntag

---

## REZEPT

### Marsalahuhn mit Waldstaudenkorn



### Zutaten für 4 Personen

#### Waldstaudenkorn

- 400g Waldstaudenkorn
- 250ml Weißwein
- 1 Stk Zwiebel
- 1 Stk Karotte
- 1 Stk gelbe Rübe
- Salz
- Pfeffer
- 1L Gemüsesuppe/Rindssuppe
- 100g Butter

#### Marsalahuhn

- 4 Hühnerfilets
- 50g Mandelblättchen
- 2cl Weißwein
- 4cl Obers
- 1cl Marsalawein (zum Aromatisieren)
- Salz
- Pfeffer
- Öl
- Butter

## **Zubereitung**

### **Waldstaudenkorn:**

Zwiebel und Gemüse schälen, in feine Stücke schneiden. Die Zwiebel und die Hälfte der Butter in einem großen Topf glasig dünsten. Das Waldstaudenkorn langsam einrühren, kurz anlaufen lassen und mit Weißwein ablöschen. Bei starker Hitze ca. 3 Minuten köcheln lassen. Anschließend bei mittlerer Hitze unter Rühren den Fond langsam einrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und unter Rühren 20 Minuten bei milder Hitze garen lassen. Die restliche Butter kurz vor dem Garende einrühren.

### **Marsalahuhn:**

Die Hühnerfilets salzen und pfeffern. Öl in die Pfanne geben und die Filets bei mittlerer Hitze anbraten. Die fertigen Filets aus der Pfanne nehmen. Mit dem Bratrückstand die Mandeln mit Butter leicht goldbraun rösten und dann mit Weißwein ablöschen, reduzieren lassen und mit Obers verfeinern, aromatisieren mit Marsala, salzen und pfeffern.