

## Honig-Balsamico-Hähnchenbrüste

### Zutaten für 4 Personen:

4 halbe Hähnchenbrüste	200g Zuckerschoten
200 ml Gemüsebrühe	200g Tomaten
100 ml Marsala	150g Möhren
1 EL Thymian	2 Schalotten
1 EL Olivenöl nativ extra	3 EL Aceto-Balsamico
1 EL Honig	2 EL Sahne
Salz	Pfeffer

### Zubereitung:

Den Backofen auf 150 Grad vorheizen.

Hähnchenbrüste pfeffern und mit dem klein gehackten Thymian bestreuen.

Die Schalotten in Ringe schneiden, die Tomaten vierteln und die Möhren in feine Streifen schneiden.

Die Hähnchenbrüste in Öl auf beiden Seiten 4 bis 5 Minuten braten, herausnehmen und danach für rund 20 Minuten auf mittlerer Schiene im Backofen garen.

Die Zwiebeln in der gleichen Pfanne anbraten bis sie glasig sind, dann Zuckerschoten, Tomaten und Möhren dazu geben. Alles in etwa 6 Minuten bissfest garen. Dann mit Brühe ablöschen, Essig, Marsala und Sahne dazu geben und aufkochen lassen, eventuell nach eigenem Geschmack mit etwas Bindemittel eindicken.

Honig dazu geben, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Zum Schluss das Fleisch wieder in die Pfanne geben und alles zusammen kurz erwärmen.

Genießen Sie zu diesem Gericht einen fruchtigen Rotwein, beispielsweise ein nicht zu alter Merlot.

Wein, Marsala, Aceto-Balsamico und das Olivenöl aus der Casa del Piero erhalten Sie in unserer Abteilung tutto bene bei Getränke Neiss, Albtalstraße 24b, 79837 St. Blasien.

Guten Appetit!