

## POULET-BLANQUETTE



**Rahm. Aus bester  
Schweizer Milch.**



Kurzer Transportweg - ihr Beitrag zum Klimaschutz

### ZUTATEN

*Zubereitung: ca. 40 Minuten*

*Für 4 Personen*

#### **Sud:**

- 1 l Hühnerbouillon
- 1,5 dl Weisswein oder alkoholfreier Apfelwein
- 1 Zwiebel, mit 1 Lorbeerblatt und
- 2 Gewürznelken besteckt
- 1 kleiner Lauchstängel, gerüstet, in Stücke geschnitten
- 1-2 Rüebli, gerüstet, in Stücke geschnitten
- 2 Rosmarinzweige

700 g Pouletbrüstchen, in ca. 3,5 cm grosse Würfel geschnitten

#### **Sauce:**

- 25 g Butter
- 3 EL Mehl
- 5 dl zubereiteter Sud
- 1,8 dl Saucenhalbrahm
- Salz
- Pfeffer aus der Mühle

- 2 EL Pinienkerne
- Butter zum Dämpfen
- 2 Knoblauchzehen, gehackt
- 8 schwarze Oliven, entsteint, in Streifen geschnitten
- 2 EL gehackte Petersilie



### ZUBEREITUNG

**1 Sud:** Bouillon und Wein aufkochen. Zwiebel, Lauch, Rüebli und Rosmarin dazugeben, 10 Minuten köcheln. Poulet beifügen, knapp unter dem Siedepunkt 7-8 Minuten ziehen lassen, herausnehmen. Sud absieben, 5 dl auffangen.

**2 Sauce:** Butter in einer Pfanne schmelzen lassen. Mehl beifügen, dünsten. Sud unter ständigem Rühren dazugeben, aufkochen. Saucenrahm beifügen, würzen.

**3** Pinienkerne ohne Fett rösten. Butter dazugeben. Knoblauch, Oliven und Petersilie darin andämpfen.

**4** Poulet zur Sauce geben, nur noch kurz erhitzen. Auf vorgewärmten Tellern anrichten, Oliven-Mischung darübergeben.

Dazu passt Polenta oder Reis.