

Pouletbrust mit gedämpftem Gemüse von gertrud.e

Mengen für 10 Personen

1.5 kg Pouletbrust	trockentupfen
100 g Senf	Pouletbrust beidseitig bestreichen, dan in
2 dl Öl	beidseitig gut anbraten, zugedeckt auf kleiner Stufe etwa 15 Minuten durchgaren lassen.
2.5 kg Spargeln	weisse: gut rüsten/ grüne: Stielende abschneiden Spargeln in Bündel zusammenbinden und zugedeckt in
5.0 Liter Wasser	mit
20 g Salz	und
50 g Butter	weichkochen (Kochzeit: weisse Spargeln: 30- 40 Minuten / grüne Spargeln: 15- 20 Minuten)
5.0 dl Vollrahm	Pouletbrüstli aus der Pfanne nehmen, warmstellen. Rahm in die Pfanne geben und kurz aufkochen lassen.
10 g Salz	
10 g Pfeffer	Sauce abschmecken, mit dem Fleisch zusammen anrichten. Spargel separat anrichten und servieren.

Anstelle von Spargeln können auch gedämpfte Tomaten und Zucchini dazu serviert werden.