




Pouletspiess an Zitronenrub mit Estragonbutter und geröstetem Brot



Der feine Unterschied.

 Gesamtzeit: 40 min

 Aktivzeit: 40 min

 Marinieren: 30 min

 Einfach



Zutaten

für 4 Personen

- 4** Brüstli vom Schweizer Poulet à ca. 140 g, vom Fleischfachmann in ca. 3 cm grosse Würfel schneiden lassen
- 200 g** grosse braune Champignons
- 120 g** weiche Butter
- Salz
- Pfeffer aus der Mühle
- 1 EL** Zitronensaft
- 3 Zweige** Estragon
- 4 Scheiben** kräftiges Bauernbrot

Nährwerte

1 Portion (ohne Salat) enthält ca.:

- 540** kcal
- 41 g** Eiweiss
- 23 g** Kohlenhydrate
- 30 g** Fett

 enthält Gluten

 Laktosefrei

Natürliches Tageslicht für unsere Hühner.

Für alle Schweizer Hühnerställe sind Fenster vorgeschrieben, damit die Tiere in ihrem natürlichen Tag-Nacht-Rhythmus leben können.

Zubereitung

- 1** Pouletbrüstchen-Würfel im Zitronenrub wenden. Rub gut andrücken und bei Zimmertemperatur ca. 30 Minuten abgedeckt ruhen lassen.
- 2** Die Champignons putzen und je nach Grösse halbieren. Die Butter für die Estragonbutter mit einem Schneebesen schaumig schlagen, mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft würzen. Estragon von den Zweigen zupfen, fein schneiden und unter die Butter rühren. Kühl stellen.

- 3 Pouletwürfel zusammen mit den Champignons abwechslungsweise auf die Spiesse stecken.
Anschliessend auf dem vorgeheizten Grill bei indirekter Hitze auf beiden Seiten ca. 6–8 Minuten grillieren.

- 4 Parallel dazu das Brot über der direkten Hitze rösten. Beides vom Grill nehmen, Brot mit der Estragonbutter bestreichen und zum Pouletspiess servieren.
Dazu passt ein gemischter Salat.