



Mein persönliches Back- und Kochbuch

Kochen und Backen Kinderleicht gemacht!



Ratsherrentoast mit Hähnchenbrust

Zutaten für 4 Portionen:

4 Hähnchenbrüste
16 Scheiben Bacon
4 Eier Handelsklasse L
8 Scheiben Weizentost
1 Rote Zwiebel (**Charlotte**)
1 Zehe Knoblauch
2 Tomaten
2 Salatherzen
2-3 Teelöffel Petersilie
Salz, Pfeffer & Paprikapulver
Etwas Knoblauchbutter & Öl



Vorbereitungen:

Am Vortag die Hähnchenbrüste mit Paprikapulver, Salz & Pfeffer würzen und in den Kühlschrank stellen. Danach die Zwiebeln und den Knoblauch schälen, die Zwiebeln in kleine Würfel schneiden. An den Salatherzen den Strunk abschneiden, die einzelnen Blätter unter fließendem kaltem Wasser abspülen und abtropfen lassen. Den Knoblauch so klein wie möglich schneiden (**nicht pressen**). Die Tomaten ebenfalls in kleine Würfel schneiden. Zwiebelwürfel, Knoblauch und Tomaten in eine kleine Schüssel geben und gut vermengen.

Zubereitung:

In einer geeignet große Pfanne die Knoblauchbutter und etwas Öl erhitzen und die Hähnchenbrüste kross anbraten. Danach das Fleisch im Backofen bei 75 Grad langsam garen lassen. In der gleichen Pfanne den Bacon kross braten und auch in den Backofen schieben. In einer zweiten Pfanne die Eier verteilen und braten,

Im nächsten Schritt werden wir den Toast schön braun Toasten und auf einem Rost in den gewärmten Ofen zum Fleisch und Bacon legen zum warm halten.

TIPP: Die vier Teller ebenfalls zum Erwärmen in den Ofen geben.

Zusammensetzung des Ratsherrentoastes:

Einen angewärmten Teller aus dem Ofen nehmen, eine Scheibe Toast entnehmen, darauf legen wir dann einige Blätter der Salatherzen, so dass der Toast bedeckt ist, darauf dann das Tomaten, Zwiebel und Knoblauch Gemisch mit einem Esslöffel

verteilen, nun eine Hähnchenbrust darauf platzieren, darauf vier schein Bacon und ein gebratenes Ei legen, wer möchte, kann da auch noch eine Scheibe Jungen Gouda darüber legen und alles nochmals kurz in den Backofen geben, zum Abschluss noch eine Scheibe Toast obendrauf und servieren.

Fleischarten:

Statt der Hähnchenbrust ist es auch möglich, Schweinemedallion, Putensteaks oder Schweinesteak zu verwenden.

