

Gefülltes Brathuhn

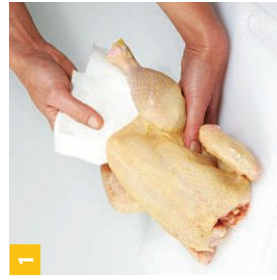
MIT SEMMELFÜLLE

ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN:

- 1 Brathuhn (ca. 1,2 kg)
- 3 dag Butter
- 1/2 Zwiebel
- 12 dag Semmelwürfel (und ev. 3 dag Semmelbrösel)
- 1 EL Petersiliengrün
- 1 TL Liebstöckel
- 1 Eidotter
- 1/8 l Milch
- Salz, Pfeffer, Muskatnuss
- 1 Zweiglein Rosmarin
- Öl

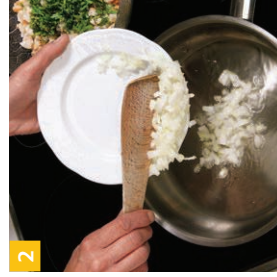
ZUBEREITUNGSZEIT:
90 Minuten

Pro Portion: 693
Energie (kcal) 73,2
EW (g) 36,9
Fett (g) 36,9
CHOL (mg) 529



1

Das bratfertig vorbereitete Huhn gründlich mit kaltem Wasser spülen und mit Küch-enkrepp trocknen.



2

In einer Pfanne Butter erhitzen und die fein geschnittene Zwiebel goldgelb anrösten. Mit Milch ablöschen und kurz aufkochen lassen.



3

Die Zwiebelmischung über die Semmelwürfel und fein gehackten Kräuter gießen und gut vermischen. Alles ein paar Minuten auskühlen lassen. Mit Salz, Pfeffer und etwas Muskatnuss würzen, den Eidotter zugeben und gut durchkneten. Rasten lassen.



4

Die Bauchhöhle locker mit der Semmelfülle füllen und Öffnung mit einer Fleischnadel verschließen.

! Falls die Konsistenz der Fülle zu weich ist, empfiehlt sich die Zugabe von Semmelbröseln.



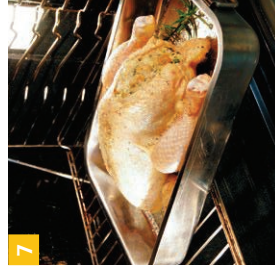
5

Das Huhn mit Salz und Pfeffer würzen.



6

Die Haut mit Öl bestreichen.



7

Das Huhn in einer Bratform mit einem Zweiglein Rosmarin ins vorgeheizte Rohr schieben und bei 190° C ca. 1 Stunde braten.



8

Das Huhn während des Bratens mehrmals mit dem ausgetretenen Saft begießen. Vor dem Servieren sollte man das Huhn noch einige Minuten rasten lassen.

! Zum Feststellen des Garpunktes empfiehlt sich die Verwendung eines Braten-thermometers.

! Für einen köstlichen Braten-saft kann man den Brat-rückstand mit Suppe oder Wasser lösen und alles etwas einkochen lassen. Zuvor eventuell das überschüssige Fett abschöpfen.



BEILAGENEMPFEHLUNG:

Braterdäpfel

kalorienarm
einfach
schnell

TRADITIONELL &
KLASSISCH