

Hähnchen in Orangensoße

Zutaten:

2 Stück	Hühnerbrust
Salz, Pfeffer	
2 EL	Butter
1 Stk	Ingwer
2 EL	Zucker
1 TL	scharfer Senf
1 Msp.	Zimt
1 EL	Mehl
300 ml	Orangensaft

Die Hühnerbrüste salzen und pfeffern. In einer Pfanne die Butter schmelzen und die Hühnerteile darin von allen Seiten goldbraun braten.

Den Ingwer schälen und fein hacken. Die Hühnerteile aus der Pfanne nehmen und beiseite stellen. Den Ingwer in die Pfanne geben und eine Minute andünsten. Dann Zucker, Senf und Zimt hinzufügen und unter Rühren ein bis zwei Minuten karamelisieren.

Das Mehl in die Pfanne streuen und alles gut anschwitzen. Den Orangensaft angießen und aufkochen lassen. Die Hühnerteile wieder in die Pfanne geben und alles unter gelegentlichem Rühren zugedeckt etwa 40 min schoren.