

Pouletbrüstchen mit Thymiansauce und grünen Bohnen

4-Personen

Zutaten:

8	-	Zweige Thymian
1	-	EL Senf
2	-	EL Honig
4	-	Pouletbrüstchen
etwas	-	Salz
etwas	-	Pfeffer
etwas	-	Oel
2	-	dl Gemüsebouillon
2	-	dl Rahm
1	-	EL Zitronensaft
400	-	gr grüne Bohnen



Zubereitung:

Ein paar Thymianzweige für die Garnitur beiseite legen.

Vom restlichen Thymian Blättchen abstreifen, mit Senf, Honig und Pfeffer mischen. Pouletbrüstchen damit bestreichen.

Pouletbrüstchen in wenig Oel beidseitig bei mittlerer Hitze je cirka 4-Minuten anbraten und leicht salzen. Aus der Pfanne nehmen und mit Alufolie zugedeckt warm halten.

Bratsatz mit Bouillon ablöschen, Rahm dazu giessen, Zitronensaft begeben, aufkochen.

Gerüstete Bohnen begeben und cirka 8-Minuten zugedeckt bissfest garen.

Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Mit den Honigschnitzeln auf vorgewärmten Tellern anrichten, mit Thymianzweigen garnieren.

Tipp: Dazu passen Kartoffeln