



www.timskitchen.de

Tramezzini mit Sous Vide Hähnchen und Kräuter-Mayonnaise

Zutaten für: 2 Personen (Vorspeise)

2	Scheiben	Tramezzinibrot
1	Stück	Hähnchenbrustfilet (ca. 180g)
½	TL	Butter
6	EL	Mayonnaise
20	Blätter	Basilikum
16	Stängel	Schnittlauch
12	Stängel	Rucola
25	Blätter	Oregano
25	Blätter	Petersilie
2	Stängel	Zitronenthymian
1	Stück	Bio Zitrone
1	TL	Olivenöl
4	Blätter	Romanasalat
		Meersalz & Pfeffer



Zubereitungszeit ca.: 1 Stunden

Zubereitung:

Tramezzini sind das Pendant zu den amerikanischen Sandwiches, allerdings um einiges eleganter. Man kann sie wunderbar vorbereiten und wenn die Gäste kommen, ist die Vorspeise im Handumdrehen auf dem Tisch.

Um ein besonders saftiges und aromatisches Hähnchenfleisch zu erhalten, gare ich die Brust im Sous Vide Garer. Wer so ein Gerät nicht zur Verfügung hat, kann die Brust auch leicht anbraten, in Alufolie wickeln und im Backofen bei 120° Celsius garen, bis eine Kerntemperatur von 70°C erreicht ist.

Das Wasser im Sous Vide Garer auf 70°C erhitzen.

Als erstes wasche ich die Hähnchenbrust unter kaltem Wasser ab, tupfe sie trocken und befreie sie wenn nötig von Fett und Sehnen. Dann würze ich das Fleisch mit Meersalz, den Blättern von Zitronenthymian und vakuumiere es zusammen mit der Butter. Im Sous Vide Bad lasse ich die Brust für 45 Minuten gar ziehen. Wenn das Filet dicker als 3 cm ist, erhöht die Garzeit um 15 Minuten.

Während das Hühnchen gart, bereite ich die selbstgemachte Mayonnaise ohne Knoblauch zu (das Rezept findet ihr auf www.timskitchen.de) und wasche die Kräuter. Tupft die Kräuter mit etwas Küchenpapier trocken, schneidet den Schnittlauch in kleine Röllchen, den Basilikum in dünne Streifen und die Petersilie, den Oregano und den Rucola hackt schön klein. Von der Zitrone reibt mit einer feinen Reibe ca. ein Viertel der Schale ab und gebt alles zur Mayonnaise. Gebt noch einen Teelöffel Zitronensaft und einen Teelöffel Olivenöl Extra Vergine hinzu, dann verrührt alles gleichmäßig.

Schmeckt die Kräutermayonnaise mit Zitronensaft, Salz, Pfeffer und Olivenöl ab. Die Mayonnaise könnt ihr abgedeckt problemlos für mindestens 24 Stunden im Kühlschrank aufbewahren. Sie sollte vor der Verwendung auf jeden Fall eine halbe Stunde durchziehen.

Wenn das Hähnchen fertig ist, nehmt es aus dem Garbeutel /Backofen und lasst es abkühlen.

Jetzt kann es weitergehen. Nehmt vom Romanasalat vier mittlere Blätter und wascht diese, schleudert oder schüttelt sie trocken und scheidet sie in feine Streifen. Die ausgekühlte Hähnchenbrust schneidet gegen die Faser in feine Scheiben.

Legt zwei Scheiben Tramezzini auf ein Brettchen und schneidet diese einmal in der Mitte durch, so dass ihr vier gleichgroße Scheiben habt. Bestreicht diese mit jeweils einem Esslöffel von der Kräutermayonnaise, wobei ihr rundum einen ein Zentimeter breiten Rand frei lassen solltet.

Verteilt die Hälfte des Salates auf zwei der Brotscheiben und legt die Hähnchenbrust gleichmäßig darauf. Bestreicht das Hähnchen mit einem weiteren Esslöffel von der Kräutermayonnaise und verteilt den restlichen Salat darauf. Legt die letzten zwei Tramezzini-Scheiben oben auf und drückt das Brot ganz leicht fest, nun schneidet mit einem sehr scharfen Messer die Tramezzini Diagonal durch.

Nun könnt ihr diese italienische Köstlichkeit servieren und genießen!