Glasierte Taubenbrust

für 1 Person	
Vorbereitungszeit	2 Minuten
Kochzeit	5 Minuten aktiv, 5 Minuten passiv
Menukosten ca.	Chf. 7.–
Nährwert pro Rezept	340 Kcal, 15 g Fett, 16 g KH

Zutaten

150 g	Taubenbrust		
1.5 g	Fleisch Mix (RL Gewürz)	1	würzen
1 cl	Sonnenblumenöl	2	Taube anbraten und auskühlen lassen
1 cl	Aceto Balsamico		
20 g	Honig	3	Balsamico aufkochen Honig zugeben und einkochen bis es Balsen wirft
	Taubenbrust	4	mit dem Aceto Honig einpinseln im Ofen bei 160° - 180°C 7 - 8 Min. fertig garen