

**Kochrezepte
aus Fernsehen oder Internet**

Profi: *Geflügel*

2008-2009

80 Rezepte

¹In diese Form gebracht von Horst Hollatz (<https://hhollatz.de>), akt.: 27. Juli 2022.

Inhalt

| | |
|---|----|
| Asia-Nudeln mit gebratener Hoisin Enten-Brüste | 1 |
| Asiatischer Hähnchen-Gemüse-Cocktail | 2 |
| Chutney von grünen Tomaten mit Hähnchen-Keulen | 2 |
| Confierte Enten-Keulen auf italienisch | 3 |
| Crépinette vom Stubenküken | 4 |
| Curry-Frikassee vom Huhn | 5 |
| Dattel-Hähnchen-Spieß mit Couscous und Limonen-Joghurt | 6 |
| Enten-Bratwurst | 7 |
| Enten-Brust im Pfefferlack | 8 |
| Enten-Brust mit Essig-Kirschen | 9 |
| Enten-Brust mit schwarzer Johannisbeer-Soße | 10 |
| Enten-Brust mit Sternanis und Zimt | 11 |
| Enten-Brust Pekinger Art | 11 |
| Enten-Brust-Filet mit Rote Beeren-Soße | 12 |
| Enten-Roulade mit Rotkraut und Knödel | 13 |
| Exotisch gewürzter Rotkohl, Enten-Brüste | 14 |
| Farciertes Hähnchen-Schnitzel | 14 |
| Feiner Hähnchen-Salat im Beutel | 15 |
| Feld-Salat mit gebratener Enten-Brust und Artischocken | 16 |
| Festtag-Ente mit Maronen und Bratapfel | 17 |
| Gänse-Brust-Carpaccio | 18 |
| Gänse-Keule mit Ingwer-Dörrpflaumen | 19 |
| Garnelen mit gebratener Enten-Brust | 19 |
| Gebratene Ente | 20 |
| Gebratene Enten-Brust mit Gewürz-Kürbis und Steinpilzen | 20 |

| | |
|---|----|
| Gebratene Enten-Brust mit Rahm-Wirsing und Schupf-Nudeln | 21 |
| Gebratene Hähnchen-Brust mit Linsen und Avocados | 22 |
| Gebratene Perlhuhn-Brust mit Pfeffer-Kirschen | 23 |
| Gefüllte Hähnchen-Brust, Rahm-Kohlrabi, Kartoffel-Gratin | 24 |
| Gegrillte Mais-Poularden-Brust mit Rhabarber-Chutney | 25 |
| Gelbes Hähnchen-Curry mit Spitzkohl | 26 |
| Geschnetztes von der Mais-Poularde | 27 |
| Glasierte Enten-Brust mit Honig | 28 |
| Glasierte Enten-Brust mit Vanille-Honig | 29 |
| Hähnchen in Rotwein-Soße | 30 |
| Hähnchen mit Sesam-Kartoffeln | 30 |
| Hähnchen-Brust im Cornflakes-Mantel mit Gurken-Nudeln | 31 |
| Hähnchen-Brust in der Papilotte | 31 |
| Hähnchen-Curry mit gebratener Ananas | 32 |
| Hähnchen-Frikassee mit Pfitzauf | 33 |
| Hähnchen-Frikassee | 34 |
| Hähnchen-Gemüse im Brot-Teig | 34 |
| Hähnchen-Geschnetztes mit Gemüse | 35 |
| Hähnchen-Kohl-Gemüse aus dem Wok | 35 |
| Hähnchen-Perlgraupen-Risotto | 36 |
| Hähnchen-Pilaw | 36 |
| Hähnchen-Saté mit Aprikosen-Relish | 37 |
| Hähnchen-Schlegel mit Reis-Salat | 37 |
| Hähnchen-Brust in einer Parmesan-Harissa-Hülle | 38 |
| Hühner-Brust mit wenig indischen Gewürzen | 39 |
| Haselnuss-Hähnchen-Keule | 39 |
| Kartoffel-Kastanien-Püree und Enten-Brüste | 40 |
| Mais-Hähnchen-Brust, Orangen-Curry-Kruste, Spaghettini | 41 |
| Mais-Poularde, Brot-Mantel, Mandel-Risotto, Apfel-Spalten | 42 |
| Mais-Poularden-Brust mit zweierlei Pfeffer-Soßen | 43 |
| Marinierte Hähnchen-Brust mit Aprikosen-Chutney | 43 |
| Mit Hähnchenfleisch gefüllter Kürbis | 44 |

| | |
|--|----|
| Paprika-Hähnchen-Geschnetzeltes mit gebratener Polenta | 45 |
| Pasta mit Enten-Bolognese | 46 |
| Perlhuhn-Brust im Speck-Mantel auf Sauerkraut | 47 |
| Perlhuhn-Brust mit zweierlei Kürbis und Feld-Salat | 48 |
| Picatta von Enten-Brust | 49 |
| Pistazien-Risotto mit Hähnchen-Brust | 50 |
| Pochierte Gänse-Brust mit lauwarmem Rote-Bete-Salat | 51 |
| Pochierte Hähnchen-Brust im mediterranen Kräuter-Sud | 51 |
| Poletto-Perlhuhn-Lasagne mit Waldpilzen | 52 |
| Polettos Amalfi-Hähnchen | 53 |
| Poularde bella aurore | 54 |
| Prosecco-Trauben-Hähnchen im Kartoffel-Nest | 55 |
| Riesling-Hähnchen | 56 |
| Roulade von Mais-Poularde, Garnelen, Melonen-Gemüse | 56 |
| Salzwiesen-Huhn auf gebratenen Champignons | 57 |
| Sandwich vom Sesam-Rösti mit Poularden-Brust | 58 |
| Scampi und Hähnchen auf Süßholz-Spieß mit Chili-Risotto | 59 |
| Scharfes Hähnchen-Curry | 59 |
| Spieß von Hähnchen-Brust und Garnelen | 60 |
| Teriyaki von der Hähnchen-Brust mit Avocado-Creme | 60 |
| Thailändischer Enten-Salat | 61 |
| Zitronen-Hähnchen | 61 |
| Zitronen-Schnitzel vom Huhn, Spargel, holländischer Soße | 62 |

Index

63

Asia-Nudeln mit gebratener Hoisin Enten-Brüste

Für 4 Personen

| | | |
|------------------------------|-----------------------------|-----------------------------|
| 150 ml Oystersoße | 75 ml Chili-Chicken-Soße | 60 ml Pflaumensoße |
| 4 g Dayong (China-Gewürz) | 1 TL Sesamöl | 150 ml Geflügelbrühe |
| 1 EL Ketchup-Manis-Sojasoße | 1 EL Reisessig | 5 g gekörnte Brühe |
| Salz | 50 g Möhren | 50 g Stangensellerie |
| 60 g Schalotten | 50 g Zuckerschoten | 60 g Champignons |
| 4 Stück Mini Pak-Choi | 4 Entenbrüste a 200 g | ca. 2 EL Hoisin Soße |
| 3 EL Speiseöl | 300 g japanische Eiernudeln | 1/2 Bund frischer Koriander |
| 10 g Ingwer, frisch gerieben | 100 g Cashew Nüsse | 50 g Sojasprossen |

Backofen auf 180 Grad (Umluft 160 Grad, Gas Stufe 3) vorheizen. Oystersoße, Chili-Chicken-Soße, Pflaumensoße, Dayong, Sesamöl, Geflügelbrühe, Ketchup-Manis-Sojasoße, Reisessig und gekörnte Brühe genau abwiegen und miteinander verrühren, eine Prise Salz untermischen. Die Gemüse putzen. Möhren und Sellerie in feine Würfel schneiden, die geschälten Schalotten und die Champignons vierteln, die Zuckerschoten ganz lassen und den Mini Pak Choi der Länge nach mit Strunk in 6 Teile schneiden. Entenbrüste auf der Hautseite einschneiden, dann mit der Hautseite nach unten in eine Pfanne legen und anbraten. Wenden, wenn die Haut goldbraun ist. Die Haut mit Hoisin Soße bestreichen. Entenbrüste in den vorgeheizten Ofen geben und rosa garen. Das Öl in einer tiefen Pfanne erhitzen, und die Gemüsesorten darin scharf anbraten. Von der Kochplatte nehmen, das Bratfett abgießen und etwas von der vorbereiteten Soßenmischung dazugießen. Kurz durchschwenken. Salzwasser zum Kochen bringen, die Eiernudeln hinein geben und kurz aufkochen lassen. Auf ein Sieb schütten, kalt abbrausen und abtropfen lassen, unter das Gemüse mischen und durchschwenken. Koriander hacken und mit dem Ingwer unter das Nudelgericht mischen. Nicht mehr kochen lassen. Zuletzt die Cashew-Nüsse und Sojasprossen untermischen. Die Asia- Nudeln mit der saftig gebratener Entenbrust belegen und servieren.

Karlheinz Hauser Dienstag, 25 März 2008

Asiatischer Hähnchen-Gemüse-Cocktail

Für 2 Personen

| | | |
|------------------------------|-----------------------|------------------------|
| 1 Hähnchenbrustfilet | 1 EL Thail. Fischsoße | 1 EL Sonnenblumenöl |
| 1 EL Erdnüsse | 100 g Schlangenbohnen | 50 g Miniauberginen |
| 2 Champignons | 150 g Gurke | 1 Tomate |
| 1 Bund Frühlingszwiebeln | 1 Limette | 1/2 TL Rotes Thaicurry |
| 40 ml Fleischbrühe | 1 Stange Zitronengras | 1 Knoblauchzehe |
| 1 TL Ingwer, frisch gerieben | Fischsoße | 1 Kopfsalat-Herz |
| 1 Bund Koriander | | |

Hähnchenbrustfilet in kleine Würfel schneiden und mit etwas Fischsoße marinieren. In einer Pfanne das Sonnenblumenöl erhitzen. Die Hähnchenbrust mit den Erdnüssen scharf anbraten. Herausnehmen und beiseite stellen. Schlangenbohnen in kleine Stücke schneiden und mit den Miniauberginen kurz blanchieren. Champignons, Gurke und Tomate in kleine Würfel schneiden. Frühlingszwiebeln in etwa einen halben Zentimeter große Stücke schneiden. Die Limette auspressen und mit dem Thaicurry und der Brühe verrühren. Zitronengras in feine Scheiben schneiden, Knoblauch fein schneiden und untermischen. Ebenfalls den frisch geriebenen Ingwer untermischen und noch etwas Fischsoße zugeben. Salat abspülen, abtropfen lassen und Dessert- bzw. Cocktailsachalen mit den Blättern auslegen. Gemüse und Fleisch mit der Marinade gut vermischen. Auf die Salatblätter geben und mit den Korianderblättern bestreuen. Dazu passt Baguette.

Otto Koch Freitag, 31. Juli 2009

Chutney von grünen Tomaten mit Hähnchen-Keulen

Für 2 Personen

| | | |
|--------------------|----------------------|--------------------------|
| 2 Hähnchenkeulen | Salz, Pfeffer | 1 EL Butterschmalz |
| 3 Zwiebeln | 1 Lorbeerblatt | 3 Zweige Thymian |
| 250 ml Hühnerbrühe | 1 kg grüne Tomaten | 1 grüne Chili |
| 2 EL Pflanzenöl | 1 EL Zucker | 1 Spritzer Weißweinessig |
| 4 Kirschtomaten | 1 Bund Lauchzwiebeln | |

Von den Keulen die Haut ablösen. Hähnchenkeulen salzen und pfeffern. In einer Pfanne das Butterschmalz erhitzen und die Keulen rundherum anbraten. Zwei Zwiebeln schälen und in Ringe schneiden, mit dem Lorbeerblatt und dem Thymian zu den Hähnchenkeulen geben. Wenn die Zwiebeln gut angebraten sind mit Hühnerbrühe angießen und die Keulen zirka 30 Minuten weich schmoren. In der Zwischenzeit die grünen Tomaten würfeln. Die Zwiebel schälen, bei der Chilischote die Kerne entfernen, beides fein hacken. In einer Pfanne das Öl erhitzen, die Zwiebel anbraten, die Tomatenwürfel zugeben und mitbraten, Zucker darüber streuen und karamellisieren, salzen und pfeffern und zirka zehn Minuten köcheln. Mit Thymianblätter, Essig, Zucker, Salz und Pfeffer abschmecken, kurz vor Ende die gehackte Chili zugeben (Menge je nach Schärfewunsch). Die Kirschtomaten mit kochendem Wasser überbrühen und abziehen, mit Salz und Pfeffer würzen und in Pflanzenöl anbraten. Die Lauchzwiebeln putzen, klein schneiden und kurz mitbraten. Von den geschmorten Hähnchenkeulen das Fleisch je nach Wunsch vom Knochen lösen. Die Hähnchenhaut in einer beschichteten Pfanne kross braten. (Die Haut dabei mit einem Topf beschweren, dann ergibt sich eine Art Chip). Hähnchenkeulen mit dem Tomatenchutney anrichten. Dazu passen Bandnudeln.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 21. Juli 2009

Confierte Enten-Keulen auf italienisch

Für 4 Personen

Entenkeulen:

| | | |
|------------------------|----------------------|----------------------|
| 4 Entenkeulen | 5 Zweige Thymian | 4 Zweige Rosmarin |
| 2 Zweige Majoran | 0,5 Knolle Knoblauch | 1,5 kg Gänseschmalz |
| 1 Apfel | 4 Schalotten | 100 ml Mineralwasser |
| Pfefferkörner, schwarz | Meersalz, grob | |

Graupenrisotto:

| | | |
|-------------------|---------------------|-------------------|
| 400 g Perlgraupen | 3 EL Butter | 4 Schalotten |
| 1 Karotte | 50 ml Weißwein | 1 l Geflügelbrühe |
| 4 Blätter Wirsing | 1 EL Majoranblätter | 40 g Parmesan |
| Salz | Pfeffer | |

Entenkeulen:

Die Entenkeulen mit Meersalz und schwarzem Pfeffer würzen. Den Knoblauch grob zerkleinern und mit den Rosmarinzweigen, Majoranzweigen und vier Thymianzweigen zu den Entenkeulen geben. Die gewürzten Entenkeulen mit Folie abgedeckt im Kühlschrank circa zwölf Stunden marinieren lassen. Nach sechs Stunden einmal wenden. Den Apfel halbieren. Die Schalotten schälen und ebenfalls halbieren. Gänseschmalz in einen Topf geben und bei mittlerer Temperatur schmelzen lassen. Das Mineralwasser dazugeben. Die Entenkeulen, den Apfel, einen Thymianzweig und die Schalotten einlegen und circa zwei Stunden leicht köcheln lassen. Die Entenkeulen vorsichtig mit einer Schaumkelle herausnehmen und warm halten. Kurz vor dem Servieren im Backofen bei Grillstufe kross werden lassen. Mit Salz und leicht zerdrückten Pfefferkörnern würzen.

Graupenrisotto:

Schalotten und Karotte putzen und fein würfeln. Die Schalotten, Karottenwürfel und Graupen in zwei Esslöffel Butter glasig anschwitzen. Mit Weißwein ablöschen und einkochen lassen. Die Geflügelbrühe aufkochen lassen und das Graupenrisotto immer wieder mit heißer Brühe bedecken. Einkochen lassen, rühren und so abwechselnd weich garen. Die Wirsingblätter waschen und den weißen Strunk entfernen. Die Blätter in kochendem Salzwasser bissfest blanchieren. In Eiswasser abschrecken, herausnehmen und in zwei Mal zwei Zentimeter große Stücke schneiden. Den Wirsing in das Graupenrisotto geben und mit Salz, Pfeffer, Majoranblättern, restlicher Butter und geriebenem Parmesan abschmecken. Das Graupenrisotto auf vier vorgewärmten Tellern anrichten und die confierten Entenkeulen darauf verteilen und sofort servieren.

Cornelia Poletto am 27. November 2009

Crépinette vom Stubenküken

Für 4 Personen

Für das Geflügel:

| | | |
|--------------------------|-------------------------|---------------------|
| 2 Stubenküken á 400-450g | Salz, Pfeffer | 100 g Geflügelbrust |
| 50 g Gänseleber | 20 ml Portwein | 20 ml Cognac |
| 2 Zweige Rosmarin | 80 g Sahne | 200 g Schweinenetz |
| 100 g Blattspinat | 100 g Gänseleberparfait | 2 EL Butter |
| 1 EL Olivenöl | 200 ml Geflügelfond | |

Für den Rahmwirsing:

| | | |
|----------------|--------------|--------------|
| 1 Kopf Wirsing | Salz | 2 Schalotten |
| 1 EL Butter | 150 ml Sahne | Pfeffer |
| 1 Prise Muskat | | |

Die Stubenküken zerlegen und aus der Keule den unteren Knochen entfernen. Die Haut komplett entfernen. Das Fleisch auf einen Teller legen, mit Salz und Pfeffer würzen und kalt stellen. Die Geflügelbrust ohne die Haut durch den Wolf lassen und kurz einfrieren. In einem Mixer mit der Gänseleber, Salz, Pfeffer, Portwein, Cognac und Rosmarinnadeln unter langsamer Zugabe der Sahne eine grobe Farce herstellen. Das Schweinenetz wässern. Spinatblätter putzen, in kochendem Salzwasser blanchieren, herausnehmen und abtropfen lassen. Das Schweinenetz ausdrücken und auf einem Küchentuch auslegen. Mit der Farce dünn bestreichen und zunächst die Brust der Stubenküken auflegen. Das Gänseleberparfait in Würfel schneiden und mit einigen blanchierten Blättern Spinat einwickeln und als Kern auflegen. Nun die Keule mit dem Knochen dagegen legen, mit Farce bestreichen und dann alles in das Schweinenetz einwickeln. Kurz kaltstellen. Butter und Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Crépinette ringsum anbraten, dann im Ofen bei 180 Grad ca. 8 Minuten fertig garen. Zum Schluss mit etwas Butter, Rosmarin und dem Geflügelfond noch einmal glasieren. Den Wirsing in kleine Würfel schneiden und in Salzwasser kurz und knackig blanchieren. Die Schalotten schälen, in feine Würfel schneiden und in Butter leicht anschwitzen, die Wirsingwürfel zugeben und mit der Sahne aufgießen. Das Ganze gut einkochen und mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Auf den vorgewärmten Tellern mittig den Rahmwirsing geben und das Crépinette aufsetzen.

Karlheinz Hauser Montag, 09. November 2009

Curry-Frikassee vom Huhn

Für 2 Personen

| | | |
|------------------------------|----------------|-------------------------|
| 1 Freilandhähnchen ca. 800 g | 1 Zwiebel | Salz |
| 1 TL Pfefferkörner | 1 Lorbeerblatt | 100 g Langkornreis |
| 10 g kandierter Ingwer | 1 Schalotte | 100 g Ananas |
| 1/2 Apfel | 1 EL Butter | 1 EL Mehl |
| 1 EL Curry | 40 ml Sahne | 1 EL Rosinen |
| 1 Eigelb | Pfeffer | 1 Spritzer Zitronensaft |

Das Hähnchen abspülen. Die Zwiebel schälen und vierteln. Das Hähnchen in einen Topf geben, mit Wasser bedecken, Salz, Pfefferkörner, Lorbeerblatt und die Zwiebelstücke zugeben, alles aufkochen und das Hähnchen ca. 1 Stunde bei mittlerer Hitze köcheln lassen. Den Topf vom Herd nehmen, das Hähnchen in der Brühe auskühlen lassen, heraus nehmen und die Brühe durch ein Sieb passieren. Den Reis in reichlich Salzwasser kochen, anschließend abschütten. Kandierten Ingwer fein hacken. Das Fleisch von den Knochen ablösen und in mundgerechte Würfel schneiden. Die Schalotte schälen und würfeln. Ananas und Apfel schälen, das Fruchtfleisch würfeln. Schalotte in einem Topf mit 1 EL Butter anschwitzen, Mehl zugeben, kurz anrösten, Curry zugeben, mit Sahne ablöschen und gut verrühren. Mit 1/2 l passierter Geflügelbrühe aufgießen, Rosinen zugeben und 10 Minuten köcheln lassen. Den Topf vom Herd ziehen und das Eigelb unterrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Ananas, Apfel und das Hühnerfleisch zugeben. Alles nochmal kurz erwärmen, aber nicht mehr kochen lassen. Reis mit Ingwer mischen, mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken. Frikassee und Ingwerreis anrichten.

Vincent Klink Donnerstag, 12. November 2009

Dattel-Hähnchen-Spieß mit Couscous und Limonen-Joghurt

Für 4 Personen

Dattel-Hähnchenspieß:

| | | |
|---------------------|------------------------------|----------------------|
| 1 Zehe Knoblauch | 1 Chilischote, rot und klein | 0,5 Bund Koriander |
| 0,5 Bund Petersilie | 8 Datteln, getrocknet | 2 Maishähnchenbrüste |
| 1 EL Olivenöl | 4 Schaschlikspieße | 1 TL Sesam |
| 1 EL Honig | Salz | Pfeffer |

Couscous:

| | | |
|--------------------|---------------|----------------------|
| 3 Schalotten, groß | 1 EL Olivenöl | 0,2 l Brühe |
| 100 g Couscous | 1 EL Butter | 0,5 TL Raz el Hanout |

Limonenjoghurt:

| | | |
|------------------------|--------------------------|------|
| 2 Limonen, unbehandelt | 200 g Schafsmilchjoghurt | Salz |
| Pfeffer | | |

Dattel-Hähnchenspieß:

Koriander und Petersilie hacken. Chili und Knoblauch putzen und in feine Streifen schneiden. Den Saft der Limonen auspressen, die Schale abreiben. Die Datteln halbieren, die Hähnchenbrüste in dattelgroße Stücke schneiden, abwechselnd auf die Spieße aufstecken, mit Salz und Pfeffer würzen, in einer Pfanne mit einem Esslöffel Olivenöl von allen Seiten langsam braten, anschließend mit gehacktem Koriander, Chilistreifen, Knoblauch, gehackter Petersilie, Sesam und Honig glasieren.

Couscous:

Die Schalotten in feine Würfel schneiden, in einem Topf mit einem Esslöffel Olivenöl anschwitzen, mit Brühe aufgießen, Couscous einrühren, Deckel darauf geben und quellen lassen. Zum Schluss mit Raz el Hanout und Butter abrunden.

Limonenjoghurt:

Den Joghurt mit Limonensaft und -abrieb, Salz und Pfeffer abschmecken, gegebenenfalls schaumig aufmixen.

Alexander Herrmann am 11. September 2009

Enten-Bratwurst

Für 12 Personen

| | | |
|-----------------------------|--------------------------|----------------------------------|
| 4–5 m frischer Schweinedarm | 3 Entenkeulen (entbeint) | 2 Entenbrüste |
| 8 g Salz | 8 g Pökelsalz | 3 g schwarzer Pfeffer (gemahlen) |
| 1 g Zimt (gemahlen) | 1 g Kardamom (gemahlen) | 1 g Macisblüte (gemahlen) |
| 1–2 Tl Majoran | 2–3 El Öl | |

Darm in kaltem Wasser 1 Std. wässern, dabei das Wasser mehrfach wechseln. Entenkeulen und -brust mit der Haut in Stücke schneiden. Entenfleisch durch die mittlerer Scheibe des Fleischwolfs drehen. Das Entenhack (ca. 1 Kg) sorgfältig mit den Gewürzen mischen.

Darm auf einen Wurstaufsatz einer Küchenmaschine ziehen. Entenbrät in die Wurstmaschine geben und den Darm damit füllen. Oder wie Schlachter Hans Wagner es beschreibt: Hack in einen Spritzbeutel geben und das Entenbrät spiralförmig auf ein mit Backpapier belegtes Blech spritzen.

Die Entenbratwurst spiralförmig auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen. Mit etwas Öl beträufeln. Im vorgeheizten Backofen bei 200 Grad (Umluft 180 Grad) auf der untersten Schiene ca. 20–25 Min. garen. Machen Sie die Wurst ohne Darm, verkürzt sich die Garzeit um ca. 5 Min., die Wurst wird sonst zu trocken.

Tim Mälzer am 31. 12. 2009

Enten-Brust im Pfefferlack

Für 4 Personen

| | | |
|-------------------------------|-----------------------------|-------------------------|
| 300 g Blattspinat | 2 EL Szechuan-Pfefferkörner | 1 EL rosa Pfefferkörner |
| 1/2 TL schwarze Pfefferkörner | 5 EL Honig | 1 EL Sojasoße |
| 4 Entenbrüste a 200 g | Salz, Pfeffer | 4 Scheiben Toastbrot |
| 2 Navettes (Lila-Rübchen) | 15 Mini-Navettes | 1 Zweig Thymian |
| 100 ml Geflügelfond | 3 Schalotten | 300 ml Portwein |
| 100 ml Rotwein | 2 EL Butter | Muskat |

Den Backofen auf 70 Grad (Ober-Unterhitze) vorheizen. Spinat putzen, waschen und abtropfen lassen. Für den Lack die verschiedenen Pfeffer in einem Mörser zerstoßen und mit Honig und Sojasoße verrühren. Die Entenbrüste parieren und die Hautseite mit einem scharfen Messer einritzen, mit Salz und wenig Pfeffer würzen. In einer beschichteten Pfanne ohne Fett die Entenbrüste auf der Hautseite knusprig anbraten. Dann wenden und auf der Fleischseite nur kurz anbraten. Dann die Fleischscheiben auf je eine Scheibe Toastbrot legen und die Hautseite mit dem Pfefferlack einstreichen. In den vorgeheizten Backofen geben und ca. 10- 15 Minuten garen. Die Rübchen schälen und in 1cm breite Spalten schneiden. Die Blätter von den Mini-Rübchen entfernen, so das noch 5 mm vom Blattansatz als Garnitur erhalten bleiben. Das Entenfett in einem Topf erhitzen, die Rübchen darin anschwitzen, einen Thymianzweig zugeben, mit dem Geflügelfond aufgießen und einige Minuten garen. Zwei Schalotten schälen und in sehr dünne Scheiben schneiden. Schalotten in einen Topf geben, Rot- und Portwein angießen und die Flüssigkeit um etwas mehr als die Hälfte einkochen lassen. Dann diese Reduktion durch ein Sieb passieren und mit 1 EL Butter montieren, mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Eine Schalotte schälen und fein schneiden, in einer Pfanne mit 1 EL Butter anschwitzen, den Spinat zugeben und diesen zusammenfallen lassen. 1 EL der Portweinreduktion untermischen und den Spinat abschmecken. Den Spinat in der Tellermitte anrichten und die Rübchen darum herum geben. Die Entenbrust in Scheiben schneiden und auf dem Spinat fächerartig auflegen. Portweinreduktion in einem Faden um das Fleisch gießen.

Karlheinz Hauser Montag, 14. Dezember 2009

Enten-Brust mit Essig-Kirschen

Für 4 Personen

| | | |
|-----------------------|-----------------------|--------------------|
| 4 EL Schattenmorellen | 100 ml Rotweinessig | 200 ml Wasser |
| 50 g Zucker | 4 Entenbrüste a 150 g | Salz, Pfeffer |
| 2 EL Butterschmalz | 500 g Karotten | 1 kleiner Brokkoli |
| 200 ml Rotwein | 200 ml Geflügelfond | 4 EL Butter |

Die Kirschen aus dem Glas nehmen und abtropfen lassen. Essig mit Wasser und Zucker aufkochen, die Kirschen in den kochenden Sud legen, abkühlen und über Nacht abgedeckt im Kühlschrank ziehen lassen. Den Backofen auf 80 Grad (Umluft 75 Grad, Gas Stufe 1-2) vorheizen. Von den Entenbrüsten die Sehnen entfernen und auch die Haut vorsichtig ablösen. Wer Möchte kann die Haut in feine Streifen schneiden, in einer Pfanne ohne Fett knusprig auslassen und vor dem Servieren über das Gericht streuen. Entenbrüste mit Salz und Pfeffer würzen, in einer Pfanne mit hitzestabilem Griff mit 2 EL Butterschmalz von beiden Seiten anbraten und anschließend im 80 Grad heißen Ofen ca. 20 Minuten garen. Karotten schälen, evtl. in Stifte schneiden, in Salzwasser blanchieren, herausnehmen, abschrecken und abtropfen lassen. Brokkoli in Röschen teilen, ebenfalls blanchieren, herausnehmen, abschrecken und abtropfen lassen. Für die Soße den Rotwein mit Geflügelfond und 100 ml Essigkirschensud aufkochen. Um die Hälfte einkochen lassen und anschließend 2 EL kalte Butter unterrühren. Die Kirschen in der Soße erwärmen und abschmecken. Gemüse in einer Pfanne mit 2 EL Butter schwenken, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Entenbrüste aufschneiden, mit dem Gemüse anrichten und mit der Essigkirschoße umgießen.

Otto Koch Freitag, 14. November

Enten-Brust mit schwarzer Johannisbeer-Soße

Für 2 Personen

| | | |
|-----------------------|------------------------------|--------------------------|
| 2 Entenbrüste a 150 g | Salz, Pfeffer | 200 g Zuckerschoten |
| 100 ml Rotwein | 100 ml Geflügelfond | 1 EL kalte Butter |
| 50 ml Cassislikör | 50 g schwarze Johannisbeeren | 300 g Kartoffeln, mehlig |
| 100 ml Milch | 50 g Mehl | 1 Ei |
| 1 Eiweiß | 1 Prise Muskat | 2 EL Butterschmalz |
| 1 EL Butter | | |

Den Backofen auf 180 Grad Oberhitze vorheizen. Die Haut der Entenbrüste rautenförmig einschneiden, dann mit Salz und Pfeffer würzen. In einer Pfanne die Entenbrüste zuerst auf der Hautseite 3 Minuten anbraten. Dann wenden, weitere 3 Minuten braten und mit der Hautseite nach Oben in vorgeheizten Ofen geben und ca. 10 Minuten weiter garen. (Die Brüste sollen innen noch leicht rosa sein.) Den Ofen abschalten und die Brüste bis zum Anrichten warm halten. Die Zuckerschoten kurz in Salzwasser blanchieren, in Eiswasser abschrecken und abtropfen lassen. Für die Soße Rotwein und Geflügelfond in einen Topf geben und um die Hälfte einkochen. Kalte Butter unterrühren und mit Cassislikör, Salz und Pfeffer abschmecken. Kurz vor dem Anrichten die Johannisbeeren zugeben und noch ca. 3 Minuten köcheln lassen. Kartoffeln schälen, vierteln und in Salzwasser weich kochen. Das Wasser abschütten, die Kartoffeln im Topf kurz auf der heißen Herdplatte ausdampfen lassen, dann durch eine Presse drücken. Mit Milch, Mehl und Ei vermischen. Das Eiweiß steif schlagen und unter die Kartoffelmasse heben. Mit Salz und einer Prise Muskat abschmecken. Aus der Masse in einer Pfanne mit Butterschmalz kleine Crepes ausbacken. Vor dem Servieren die Zuckerschoten in einer Pfanne mit 1 EL Butter schwenken, salzen. Entenbrüste aufschneiden und mit den Kartoffelcrepes und den Zuckerschoten anrichten, mit der Soße umgießen.

Otto Koch Freitag, 18. Juli 2008

Enten-Brust mit Sternanis und Zimt

Für 2 Personen

| | | |
|---------------------|---------------|--------------------------|
| 2 Entenbrüste | Salz | ca. 300 ml Geflügelbrühe |
| 3 Sternanis | 2 Zimtstangen | 3 EL Butter |
| 400 g Möhren | 10 g Ingwer | 3 Lauchzwiebeln |
| 200 g Shiitakepilze | Pfeffer | |

Die Haut der Entenbrust kreuzweise einschneiden. Die Entenbrust salzen und auf der Hautseite in eine kalte Pfanne legen, dann bei mittlerer Hitze langsam anbraten. Wenn die Haut gebräunt ist, das ausgetretene Fett abgießen und die Entenbrust mit der Fleischseite in die Pfanne legen, soviel Brühe angießen, dass das Fleisch aber nicht die Haut bedeckt ist. Zur Brühe Sternanis und Zimtstangen geben. Die Entenbrust bei mittlere Hitze ca. 10 Minuten gar ziehen. Dann das Fleisch aus der Pfanne nehmen und warm stellen (z.B. im Ofen bei 60 Grad). Die Soße in der Pfanne aufkochen, Sternanis und Zimtstangen entfernen, dann die Soße mit kalter Butter binden und abschmecken. Möhren schälen und in dünne Scheiben schneiden. Ingwer schälen und fein hacken. Lauchzwiebeln putzen und fein schneiden. Shiitakepilze evtl. halbieren oder vierteln und in einer Pfanne mit 1 EL Butter anbraten, mit Salz und Pfeffer würzen. In einer weiteren Pfanne mit 1 EL Butter die Möhren und Ingwer anschwitzen, Lauchzwiebeln zugeben und mit andünsten. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Fleisch schräg aufschneiden und mit der Soße, dem Gemüse und den Pilzen anrichten.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 20. Oktober 2009

Enten-Brust Pekinger Art

Für 2 Personen

| | | |
|-------------------------|------------------------|----------------|
| 2 Entenbrüste, weiblich | 2 TL Five-Spice Powder | 1 Stange Lauch |
| 1 Gurke | 100 g Mehl | 1 TL Sesamöl |
| 1 TL Sesamkörner | 200 ml Hoisin Soße | 100 ml Mirin |
| 1 EL Pflaumenmus | Sonnenblumenöl | Zucker |
| Salz | Pfeffer, schwarz | |

Die Entenbrüste waschen und trocken tupfen. Anschließend einschneiden, mit Salz und Pfeffer würzen und in Sonnenblumenöl zuerst auf der Hautseite und dann auf der Fleischseite anbraten. Für den Teig das Mehl mit 200 Milliliter Wasser verrühren und das Sesamöl und die Sesamkörner dazu und kurz ruhen lassen. Die Gurke schälen und den Lauch abziehen. Beides in Julienne schneiden, Mirin aufsetzen und abflämmen. Das Ganze mit 200 Milliliter Wasser, der Hoisin Soße und dem Pflaumenmus vermengen und mit dem Five Spice Powder abschmecken. Das Ganze mit Zucker abschmecken. Aus dem Teig dünne Crepes backen. Die Entenbrüste dünn aufschneiden und zusammen mit den Gemüse- Julienne in die Crepes legen. Nun mit der Soße beträufeln und zudrehen. Die Entenbrust „Peking Art“ auf Tellern anrichten.

Steffen Henssler am 11. Dezember 2009

Enten-Brust-Filet mit Rote Beeren-Soße

Für 4 Personen

Entenbrustfilet:

| | | |
|--------------------|-----------------------|---------------------|
| 2 Entenbrustfilets | 15 g Pfeffer, schwarz | 20 g Ingwer, frisch |
| 20 cl Ahornsirup | Öl | Meersalz |

Rote Beeren-Soße:

| | | |
|------------------------------|----------------------|--------------------------|
| 1 dl Himbeeressig | 20 cl Cassis Liqueur | 20 cl Johannisbeerlikör |
| 5 cl Sherry-Essig | 50 g Himbeeren | 50 g Johannisbeeren, rot |
| 50 g Johannisbeeren, schwarz | Salz | Pfeffer |
| Butter | | |

Fruchtspieße:

| | |
|---------------------------|------------|
| 1 Schale Beeren, gemischt | Holzspieße |
|---------------------------|------------|

Den Backofen auf 180 Grad vorheizen.

Magret de canard:

Die Entenbrustfilets rundherum schön gerade schneiden und überschüssiges Fett entfernen. Mit einem Messer in die Haut ein Schachbrettmuster schneiden, ohne dabei bis zum Fleisch zu kommen. Dann die Hautseite in grob zerstoßenem Pfeffer drücken. Den Ingwer schälen und durch eine Knoblauchpresse drücken. Mit dem Ahornsirup mischen. Die Entenbrustfilets in einer Pfanne mit etwas Öl und dem Ingwer-Ahornsirup auf der Hautseite sanft anbraten. Nach etwa sechs Minuten ist das Fett heraus gelaufen und die Haut wird knusprig. Die Fleischseite mit Meersalz würzen. Das Fleisch in einer Pfanne für fünf bis zehn Minuten in den vorgeheizten Ofen stellen. Das Fleisch soll innen rosa bleiben. Anschließend das Fleisch aus der Pfanne nehmen und auf einem angewärmten Teller, mit der Hautseite nach oben, einige Minuten ruhen lassen. So wird das Fleisch noch zarter.

Rote Beeren-Soße:

Himbeeressig, Cassis Liqueur, Johannisbeerlikör und Sherry-Essig circa 15 Minuten einreduzieren lassen. Anschließend mit Himbeeren, roten und schwarzen Johannisbeeren vermengen. Die Fruchtsoße so durch ein Sieb passieren und stoßen, dass das ganze Fruchtfleisch mit durchgedrückt wird. Die Soße mit Salz, Pfeffer und Butter abschmecken.

Fruchtspieße:

Die gemischten Beeren waschen und säubern und auf die Holzspieße stechen. Die Entenbrustfilets in ein Zentimeter dicke Scheiben schneiden und auf Tellern anrichten. Dazu die Rote Beeren-Soße servieren.

Tipp:

Als zusätzliche Beilage passen gedünstete Kartoffeln und Zuckerschoten.

Lea Linster am 08. August 2008

Enten-Roulade mit Rotkraut und Knödel

Für 4 Personen

Für die Entenroulade:

| | | |
|------------------------|---------------------------|---------------------------|
| 400 g Rotkohl | 400 ml kräftiger Rotwein | 2 EL Rotweinessig |
| 250 ml Apfelsaft | 2 EL Johannisbeergelee | 2 EL Preiselbeerkonfitüre |
| 1 Msp Piment, gemahlen | 1 Msp Koriander, gemahlen | 1 Msp Zimt, gemahlen |
| Salz und Pfeffer | 4 Entenbrüste a ca. 180 g | 2 EL Butterschmalz |
| 1 EL Butter | | |

Für die Knödel:

| | | |
|--------------------------|-----------------------|------------|
| 500 g mehlig. Kartoffeln | 2 Eier | 40 g Grieß |
| 30 g Mehl | Muskat, Salz, Pfeffer | |

Vom Kohl Strunk entfernen, dann fein hobeln. Backofen auf 200 Grad (Umluft: 180 Grad/Gasherd: Stufe 3) Die Kohlstreifen mit 250 ml Rotwein, Rotweinessig, Apfelsaft, Johannisbeergelee, Preiselbeerkonfitüre sowie Piment, Koriander und Zimt in einem geschlossenen Topf ca. 50 Minuten durchkochen. Den Kohl abschütten, den entstandenen Fond in eine heiße Pfanne gießen und zu Sirup einkochen. Den gegarten Kohl in den Sirup geben, untermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Entenbrust enthäuten. Die Haut in kleine Würfel schneiden und in einer Pfanne rösten bis die Würfelchen kross sind. Warmstellen. Die Brust horizontal, flach fast ganz durchschneiden, aufklappen. In Butterbrotpapier oder Klarsichtfolie dünn plattieren. Pfeffern und salzen, mit dem Rotkohl belegen, die gebratene Entenhaut darüber streuen. Zusammenrollen und evtl. mit Küchenfaden fixieren. Die Entenbrustroulade sanft von beiden Seiten bei geschlossenem Deckel sanft braten (10 Min.). Ca. 150 ml Rotwein angießen, kurz köcheln, die Rouladen herausnehmen, die Soße mit Butter binden und abschmecken. Für die Knödel Kartoffeln schälen und in Salzwasser weich kochen. Die gekochten Kartoffeln abschütten und zurück auf die noch warme Herdplatte stellen und gut ausdampfen lassen. Heiße Kartoffeln durch die Presse drücken, schnell Eier, Grieß und Mehl untermengen. Die Masse mit Muskat, Pfeffer und Salz würzen und zu kleinen Knödeln formen. Die Knödel ca. 15 Minuten in siedenden Salzwasser garen.

Vincent Klink Mittwoch, 17. Dezember

Exotisch gewürzter Rotkohl, Enten-Brüste

Für 2 Personen

| | | |
|-------------------------------|--------------------------|------------------------|
| 1 kleiner Rotkohl (ca. 600 g) | 1 rote Zwiebel | 1/2 TL Korianderkörner |
| 2 Kaffirlimettenblätter | 1/2 getrocknete Chili | 1/2 TL Anis |
| 2 EL Gänseschmalz | Salz | 1 TL brauner Zucker |
| 2 EL Rotweinessig | 250 ml Ananassaft | Sojasoße |
| 150 g frische Ananas | 400 Entenbrust | 250 ml Geflügelbrühe |
| 1-2 EL kalte Butter | ca. 20 Erdnüsse, gehackt | |

Den Rotkohl halbieren, Strunk entfernen und den Rest in feine Streifen schneiden oder hobeln. Zwiebel schälen und in feine Scheiben schneiden. Korianderkörner, Limettenblätter, Chili und Anis in einem Mörser zerstoßen. In einen breiten Topf mit 2 EL Gänseschmalz erst die gemörserten Gewürze geben, dann den Rotkohl und die Zwiebelringe dazu geben und anbraten. Mit wenig Salz und braunem Zucker würzen, mit Essig, Ananassaft und Sojasoße ablöschen. Bei mittlere Hitze zugedeckt ca. 20 Minuten dünsten. Ananas schälen, den Strunk entfernen, das Fruchtfleisch würfeln. Unter das Kraut mischen und noch ca. 10 Minuten weiterdünsten. Nochmals abschmecken. Den Backofen auf 180 Grad (Umluft 160 Grad, Gas Stufe 3) vorheizen. Die Entenbrust auf der Hautseite vorsichtig einritzen, dann auf der Hautseite in eine kalte Pfanne (mit hitzestabilem Griff) legen und die Pfanne erhitzen. Wenn die Haut braun ist und das Fett ausgetreten ist, das Fleisch wenden und die Fleischseite braun braten. Dann im vorgeheizten Ofen je nach Größe der Entenbrust noch 5 bis 8 Minuten fertig garen. Fleisch herausnehmen, das Fett abgießen und den Bratensatz in der Pfanne mit einem Spritzer Sojasoße und Brühe ablöschen. Kurz aufkochen, mit kalter Butter binden und abschmecken. Rotkohl auf Teller geben, aufgeschnittene Entenbrust drauflegen, Soße angießen und mit gehackten Erdnüssen bestreuen. Dazu passt Kartoffel-Erdnuss-Püree. Dafür das Kartoffel-Püree mit Erdnussbutter und gehackten Erdnüssen abschmecken.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 4. November

Farciertes Hähnchen-Schnitzel

Für 2 Personen

| | | |
|-------------------------------|--------------------|---------------------|
| 3 Hähnchenbrustfilets a 150 g | 50 ml Sahne | Salz |
| 1 Msp. Muskatblüte | 1 Zweig Thymian | Pfeffer |
| 40 g feine Weißbrotbrösel | 2 EL Butterschmalz | 150 ml Geflügelfond |
| 1 TL kalte Butter | | |

Eine Hähnchenbrust sehr gut kühlen, dann sehr fein hacken. Anschließend in einen Mörser geben, gut gekühlte Sahne, eine Prise Salz, Muskatblüte und Thymianblätter zugeben und innig zerstoßen, so dass nach und nach eine zähe Farce daraus wird. Die übrigen Hähnchenbrustfilets plattieren, mit Salz und Pfeffer würzen und auf Seite mit der Farce bestreichen. Dann diese Seite in die Brotbrösel drücken. In einer Pfanne mit Butterschmalz die Schnitzel von beiden Seiten braten. Die Schnitzel aus der Pfanne nehmen und kurz warm stellen. Den Bratensatz in der Pfanne mit Geflügelfond lösen, um die Hälfte einkochen, mit kalter Butter binden und abschmecken. Die Schnitzel mit der Farce-Seite nach oben anrichten, die Soße angießen und servieren. Dazu passt sehr gut ein Röstli.

Vincent Klink Donnerstag, 05. Februar 2009

Feiner Hähnchen-Salat im Beutel

Für 2 Personen

| | | |
|----------------------------|----------------------------|-----------------------|
| 150 g Hähnchenbrustfilet | Salz | 100 g Mehl |
| 1 Ei | 100 ml Milch | 1-2 EL Butterschmalz |
| 1 Fleischtomate | 2 Schalotten | 100 g Zucchini |
| 1/2 Bund glatte Petersilie | 1/2 Bund Frühlingszwiebeln | Pfeffer |
| 1 EL Butter | 1 Eigelb | 2 TL scharfer Senf |
| ca. 80 ml Olivenöl | 2 lange Schnittlauchhalme | 1 EL Weißweinessig |
| 2 EL Sonnenblumenöl | 4 Blätter Kopfsalat | einige essbare Blüten |

Hähnchenbrustfilet in Salzwasser ca. 10 Minuten pochieren, herausnehmen und abtropfen lassen. Mehl, Ei, Milch und eine Prise Salz zu einem glatten Teig vermischen und in einer Pfanne mit Butterschmalz daraus zwei dünne Crepes ausbacken. (Restlichen Teig ebenfalls zu Crepes ausbacken und anderweitig verwenden.) Tomate schälen, entkernen und das Fruchtfleisch in Würfel schneiden. Schalotten schälen und fein schneiden. Zucchini putzen und klein schneiden. Petersilie abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Frühlingszwiebellauch in feine Röllchen schneiden. Schalotten in einer Pfanne mit 1 EL Butter anschwitzen, Zucchini zugeben und anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Die Hähnchenbrust in Würfel schneiden. Fleisch mit den Zucchini, Tomate und Frühlingszwiebellauch vermischen, abschmecken mit Salz und Pfeffer. Eigelb mit 1 TL Senf vermischen, mit einem Schneebesen nach und nach das Olivenöl einrühren, bis eine cremige Mayonnaise entsteht. Mayonnaise unter den Hähnchensalat mischen und zuletzt Petersilie darunter geben. Die Crepes mit dem Salat füllen, oben zusammenschlagen und mit Schnittlauch zu einem Beutel zusammenbinden. 1 TL Senf mit Essig und Sonnenblumenöl zu einer Vinaigrette mischen. Die Salatblätter auf Tellern anrichten, mit der Vinaigrette beträufeln und die Beutel darauf anrichten. Nach Belieben mit essbaren Blüten garnieren.

Otto Koch Freitag, 06. Juni 2008

Feld-Salat mit gebratener Enten-Brust und Artischocken

Für 4 Personen

| | | |
|------------------------|---------------------|------------------------|
| 200 g Feldsalat | 2 Entenbrüste | Salz, Pfeffer |
| 1 EL Pflanzenöl | 2 Zweige Thymian | 8 Artischocken (klein) |
| 2 EL Olivenöl | 1 Zweig Rosmarin | 50 ml Sekt |
| 25 ml Champagner-Essig | 5 ml Estragonessig | 20 ml Weißwein |
| 20 ml Weißer Portwein | 50 ml Traubenkernöl | 1 TL Dijon-Senf |
| 1 TL Honig | Salz, Zucker | |

Den Feldsalat putzen, waschen und gut abtropfen lassen. Den Backofen auf 180 Grad (Umluft 170, Gas Stufe 3) vorheizen. Die Entenbrüste von Filet und Sehnen befreien, die Haut mit einem scharfen Messer leicht einschneiden, salzen, pfeffern und kurz in einer Pfanne mit Öl von beiden Seiten anbraten. Ein Zweig Thymian dazugeben und im Ofen bei 180 Grad ca. 8 Minuten mit der Hautseite nach oben garen, anschließend 5 Minuten ruhen lassen. Die Entenbrust sollte innen noch rosa sein. Die Artischocken schälen, den Stiel dran lassen. Mit einem Kugelausstecher vorsichtig das Heu im Innern herausnehmen, die Artischocken dann halbieren. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, die Artischocken zunächst anbraten, dann bei mäßiger Hitze fertig garen. Ein Zweig Thymian und Rosmarin zugeben. Mit Salz und Pfeffer würzen. Für das Dressing den Sekt, die Essige und die Weine vermengen, das Traubenkernöl nach und nach reinträufeln und alles mit einem Mixstab oder einem Schneebesen verrühren bis es emulgiert ist. Senf und Honig hinzufügen und mit Salz und Zucker abschmecken. Feldsalat auf dem Teller anrichten, mit dem Dressing marinieren. Entenbrüste in Tranchen schneiden und mit den gebratenen Artischocken auf den Salat legen. Wer mag kann noch geröstete Pinienkerne darüber streuen.

Karlheinz Hauser Montag, 22. Dezember

Festtag-Ente mit Maronen und Bratäpfel

Für 6 Personen

Für die Ente:

| | | |
|-------------------------------|-------------------------|--------------------|
| 1 frische Bauernente ca. 2 kg | Salz | 3 Zwiebeln |
| 1 Apfel | 1/2 Orange, unbehandelt | 1 -2 Zweige Beifuß |
| 2 Stangen Staudensellerie | 2 Zweige Rosmarin | 150 ml Rotwein |
| 1 TL Speisestärke | | |

Für die Bratäpfel:

| | | |
|---------------|---------------------|----------------|
| 2 EL Rosinen | 10 ml Rum | 6 kleine Äpfel |
| 50 g Marzipan | 2 EL Mandelsplitter | |

Für die Maronen:

| | | |
|----------------|--------------------------------------|-------------|
| 100 ml Rotwein | 350 g Esskastanien, gegart, geschält | 1 EL Zucker |
| 1 EL Butter | | |

Den Backofen auf 200 Grad (Umluft 190 Grad, Gas Stufe 3-4) vorheizen. Die Ente ausnehmen, auswaschen und gut trocknen. Dann von allen Seiten, innen und außen kräftig mit Salz würzen. Die Zwiebeln und Apfel schälen und in kleine Würfel schneiden, die Orange gut abwaschen und ebenfalls würfeln. 2 Zwiebeln, Apfel und Orange mit Beifuß mischen und die Ente damit stopfen. Mit Zahnstochern die Öffnung verschließen. Stangensellerie grob würfeln und mit dem Entenklein, den restlichen Zwiebelstücken und Rosmarin mischen. Alles auf ein tiefes Backblech oder eine Bratreine geben und die Ente darauf setzen. Die Ente in den vorgeheizten Ofen geben und garen, nach ca. 45 Minuten ca. 200 ml Wasser angießen und die Ente während des Garens immer wieder damit begießen, auch immer wieder etwas Wasser zugeben. Die Ente insgesamt 1,5 -2 Stunden garen. Dann die Ente vom Blech nehmen und den gewonnen Bratfond in einen Topf passieren. Etwas Rotwein zugeben und die Soße etwas einkochen. Die Soße evtl. mit etwas Stärke binden, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Backofen auf 220 Grad vorheizen und die Ente nochmals ca. 10 Minuten kross braten. Für die Bratäpfel die Rosinen in Rum einweichen. Die Äpfel mit einem Apfelausstecher entkernen und unten leicht abschneiden, so dass sie stehen können. Marzipan, Mandelsplitter und die eingeweichten Rosinen vermengen und die Masse in die ausgehöhlten Äpfel füllen. Die Äpfel in eine Auflaufform geben und im heißen Backofen ca. 10-15 Minuten garen. Rotwein und Zucker in einen Topf geben und um mehr als die Hälfte einkochen lassen. Die Maronen und Butter zugeben und darin warm schwenken. Die Ente tranchieren, also Brust und Keulen auslösen und die Fleischstücke mit den Maronen und Bratäpfeln anrichten. Die Soße angießen und servieren. Dazu passen Kartoffelknödel oder Reiberdatschi.

Karlheinz Hauser Montag, 21. Dezember 2009

Gänse-Brust-Carpaccio

Für 4 Personen

Carpaccio:

3 Gänsebrüste, geräuchert

Wallnuss-Gemüse-Vinaigrette:

| | | |
|--------------------------|------------------------|-----------------------------|
| 1 Stange Staudensellerie | 1 Karotte, klein | 2 Schalotten |
| 20 ml Olivenöl | 30 ml Balsamico bianco | 20 ml Geflügelfond, kräftig |
| 0,5 TL Zucker | 70 ml Walnussöl | 40 g Walnusskerne |
| 2 EL Zucker, braun | 1 Chilischote, rot | Salz |
| Pfeffer | | |

Getrüffelter Rotkohlsalat:

| | | |
|----------------------------|-------------------------|--------------------------------|
| 1 Rotkohl, ca. 500 g | 1 EL Zucker | 2 EL Apfelmus |
| 0,5 EL Honig | 150 ml Johannisbeersaft | 4 EL Balsamico, alt |
| 1 EL Trüffelöl | 2 Zweige Kerbel | Zimtstange aus der Gewürzmühle |
| Nelken aus der Gewürzmühle | Salz | Pfeffer |

Carpaccio:

Die Gänsebrüste in dünne Scheiben schneiden, auf gekühlten Tellern auslegen, mit Frischhaltefolie abdecken und kalt stellen.

Wallnuss-Gemüse-Vinaigrette:

Staudensellerie, Karotte und Schalotten putzen, waschen, schälen und in sehr feine Würfel schneiden. Das Olivenöl erhitzen und die Gemüsewürfel darin circa zwei Minuten anschwitzen. Balsamico, Geflügelfond, Zucker, Salz und Pfeffer verrühren. Das Walnussöl unter ständigem Rühren zugeben und eine cremige Vinaigrette herstellen. Die Walnusskerne grob hacken. Braunen Zucker in einer Pfanne leicht karamellisieren, die Walnusskerne dazu geben und zwei Minuten rösten. Auf einem eingeölten Backblech einige Minuten ruhen lassen und dann zusammen mit den Gemüsewürfeln unter die Vinaigrette rühren. Die Chilischote sehr fein hacken und ebenfalls in die Vinaigrette geben.

Getrüffelter Rotkohlsalat:

Den Rotkohl putzen, die äußeren Blätter entfernen. Kopf vierteln und den Strunk herausschneiden. Die Blätter in sehr feine Streifen schneiden, zuerst mit Salz und Zucker, dann mit Apfelmus, Honig, Johannisbeersaft sowie je einer Prise Zimt und Nelken aus der Gewürzmühle würzen, alles gut durchkneten und durchziehen lassen. Den marinierten Rotkohl mit dem alten Balsamico-Essig und dem Trüffelöl vermischen, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Carpaccio von der Gänsebrust großzügig mit der Vinaigrette beträufeln, jeweils etwas Rotkohlsalat mittig darauf setzen und mit frischem Kerbel garnieren.

Johann Lafer am 23. Dezember 2008

Gänse-Keule mit Ingwer-Dörrpflaumen

Für 2 Personen

| | | |
|-------------------------------|----------------|--------------------|
| 2 Gänsekeulen | Salz | 10 g Ingwer |
| 150 g Dörrpflaumen, entsteint | 150 ml Rotwein | 400 g Wirsing |
| 1 Schalotte | Zucker | 1 EL Butter |
| 80 g Crème-fraîche | Pfeffer | 1 Prise Muskatnuss |

Die Gänsekeulen in einem Topf mit reichlich leicht gesalzenem Wasser ca. 1,5- 2 Stunden weich kochen. In der Zwischenzeit den Ingwer schälen und fein schneiden. Die Dörrpflaumen mit Ingwer und Rotwein in einen Topf geben und den Wein fast vollständig einkochen lassen. Die Wirsingblätter vorsichtig lösen und in kochendem Salzwasser ca. 1-2 Minuten blanchieren. Herausnehmen, mit kaltem Wasser abschrecken und gut mit Küchenkrepp abtrocknen. Dann in beliebig große Rauten schneiden. Schalotte schälen und fein schneiden. In einem Topf die Schalotte mit einer Prise Zucker in 1 EL Butter anschwitzen. Crème-fraîche zugeben und mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Wirsing untermischen und das Ganze bei starker Hitze im offenen Topf noch ca. 3 – 5 Minuten schmoren. Die Gänsekeulen mit Küchenkrepp abtrocknen, mit Salz und Pfeffer würzen, auf ein Backblech mit Gitter legen und unter der Grillschlange kurz goldbraun knusprig werden lassen. Die Dörrpflaumen abschmecken und mit den Gänsekeulen und dem Rahmwirsing anrichten.

Vincent Klink Mittwoch, 11. November 2009

Garnelen mit gebratener Enten-Brust

Für 2 Personen

| | | |
|-----------------------|-----------------------|---------------------------|
| 2 kleine Entenbrüste | Salz, Pfeffer | 1 EL Pflanzenöl |
| 100 g Ingwer | 1 Stange Zitronengras | 4 Garnelen |
| 1 kleine Chilischote | 600 ml Gemüsebrühe | 1 Bund frischer Koriander |
| 1 Bund Thai-Basilikum | 1 kleine Kartoffel | 60 g Karotte |
| 60 g Zucchini | ca. 20 ml Sojasoße | Zucker |

Den Backofen auf 180 Grad Ober-Unterhitze (Umluft 160 Grad, Gas Stufe 3) vorheizen. Die Entenbrüste mit Salz und Pfeffer würzen und in einer Pfanne mit 1 EL Öl von beiden Seiten anbraten. Dann auf der Hautseite in den Ofen geben und ca. 10 Minuten weitergaren. Ingwer schälen und grob schneiden. Vom Zitronengras die äußeren harten Blätter entfernen, Zitronengrasstange grob schneiden. Garnelen schälen und die Därme entfernen. Chili halbieren und die Kerne austreichen. Gemüsebrühe mit Ingwer, Zitronengras, Chili, Garnelenschalen und der Hälfte des Korianders und Thai-Basilikums aufkochen und etwas einkochen lassen. Kartoffel und Karotte schälen und in feine Würfel schneiden. Zucchini ebenfalls fein würfeln. Brühe durch eine Sieb passieren, mit Sojasoße und einer Prise Zucker abschmecken. Die Garnelen, Kartoffeln und Gemüse zugeben und kurz in der Brühe ziehen lassen. Restliche Kräuter fein hacken. Die Ente aus dem Ofen nehmen, wenden und in Tranchen schneiden. Diese in Suppentellern anrichten, Garnelen Pot au feu darauf geben und mit den Kräutern bestreuen.

Frank Heppner Montag, 24. November 2008

Gebratene Ente

Für 4 Personen

| | | |
|---------------|-------------------------|-------------------|
| 1 Ente (2 kg) | Salz | 1 Knoblauchknolle |
| 5 El Öl | 500 g kleine Kartoffeln | 5 Stiele Thymian |

Ente innen und außen salzen. Knoblauchknolle quer halbieren und in die Ente geben. Die Keulen mit Küchengarn zusammenbinden. Öl in einer großen Pfanne erhitzen und die Ente an den Seiten (nicht auf der Brustseite) hellbraun anbraten. Ente in einen flachen Bräter geben. Kartoffeln schälen und mit dem Thymian um die Ente herum in den Bräter geben, salzen. Im heißen Ofen bei 200 Grad (Umluft 180 Grad) auf der mittleren Schiene ca. 1 Stunde braten. Einen Topf ca. 4 cm hoch mit Wasser füllen und darunter stellen.

Tim Mälzer am 14. 11. 2009

Gebratene Enten-Brust mit Gewürz-Kürbis und Steinpilzen

Für 4 Personen

Entenbrust:

| | | |
|------------------------|----------|------------------|
| 4 Barbarie-Entenbrüste | Meersalz | Pfeffer, schwarz |
|------------------------|----------|------------------|

Steinpilze:

| | | |
|------------------|--------------------|--------------------|
| 200 g Steinpilze | 1 EL Butterschmalz | 0,5 Zehe Knoblauch |
| 1 EL Butter | Salz | |

Kürbiskerne:

| | | |
|------------------|--------------------|--|
| 1 EL Kürbiskerne | 1 EL Butterschmalz | |
|------------------|--------------------|--|

Gewürzkürbis:

| | | |
|-----------------------|----------------------|-----------------------|
| 1 Orange, unbehandelt | 2 Schalotten | 600 g Hokkaido-Kürbis |
| 1 TL Curry | 1 Schuss Weißwein | 1 Stange Zimt |
| 1 Schuss Brühe | 2 EL Aceto Balsamico | Salz |

Den Backofen auf 100 vorheizen.

Entenbrust:

Die Entenbrüste mit Salz und Pfeffer würzen. In eine kalte Pfanne ohne Fett legen und langsam darin erhitzen, etwa vier bis fünf Minuten von allen Seiten anbraten. im vorgeheizten Backofen auf einem Gitter in der Mitte 35 bis 40 Minuten rosa garen. Die Entenbrüste kurz vor dem Servieren auf der Hautseite nochmals kross braten.

Steinpilze:

Die Steinpilze putzen, vierteln und in einer Pfanne mit Butterschmalz anbraten. Knoblauch und Butter hinzufügen, einmal aufschäumen lassen und mit Salz würzen.

Kürbiskerne:

Die Kürbiskerne in einer Pfanne mit Butterschmalz rösten und auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Gewürzkürbis:

Den Saft der Orange auspressen und die Schale abreiben. Schalotten und Kürbis schälen, in kleine Würfel schneiden und in einem Topf kurz anschwitzen. Mit Curry bestäuben und mit Orangensaft und Weißwein ablöschen. Zimt, Salz, Brühe und Orangenschale hinzugeben. Einen Deckel darauf setzen und circa zehn Minuten langsam kompottartig schmoren. Das Kompott in die Mitte der Teller geben. Kürbiskerne, Steinpilze und Balsamico dazugeben und die in Tranchen geschnittene Entenbrust darauf setzen.

Alexander Herrmann am 02. Oktober 2009

Gebratene Enten-Brust mit Rahm-Wirsing und Schupf-Nudeln

Für 2 Personen

| | | |
|-----------------------|--------------------------------|------------------------|
| 2 Entenbrüste a 180 g | 400 g Pellkartoffeln, geschält | 0,5 Kopf Wirsing, jung |
| 1 Zwiebel | 1 Zitrone, unbehandelt | 3 Eier |
| 2 EL Butter | 1 TL Butterschmalz | 250 g Mehl |
| Mehl | 50 g Kartoffelstärke | 150 ml Gemüsefond |
| 300 ml Schlagsahne | 1 Muskatnuss | 1 Stange Zimt |
| Salz | Pfeffer, schwarz | |

Den Backofen auf 130 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Entenbrüste waschen, trocken tupfen, auf der Hautseite leicht einritzen und mit Salz und Pfeffer würzen. Anschließend auf der Hautseite ohne Fett in eine kalte Pfanne legen, langsam erhitzen und so lange anbraten bis die Seite leicht braun ist. Nun auf die Fleischseite wenden, kurz anbraten, auf ein Gitter in der Mitte des Backofens legen und etwa 20 Minuten rosa garen. Den Wirsing von den äußeren Blättern und den Strunk befreien und in dünne Streifen schneiden. Die Zwiebel abziehen, in feine Streifen schneiden und zusammen mit den Wirsingstreifen in einem Topf mit dem Butterschmalz anschwitzen. Anschließend mit dem Gemüsefond ablöschen und zugedeckt etwa zehn Minuten köcheln lassen. Den Deckel wieder entfernen, einen Teil der Sahne angießen, das Ganze nochmals einkochen lassen und mit Salz und Pfeffer würzen. Die restliche Sahne steif schlagen und kurz vor dem Servieren unterheben. Die Entenbrüste aus dem Ofen nehmen, erneut ohne Fett mit der Hautseite nach unten in eine Pfanne legen, kräftig erhitzen und sobald die Haut kross ist die Brust wenden. Die Zitronenschale abreiben. Die Pfanne vom Herd nehmen, einen Esslöffel Butter, die Zimtstange und Zitronenschale Hineingeben, die Butter aufschäumen lassen und die Entenbrüste etwa zwei Minuten darin aromatisieren. Anschließend auf Küchenkrepp abtropfen lassen und in dünne Tranchen schneiden. Muskat reiben. Die Eier trennen. Die Kartoffeln durch eine Presse drücken, mit Salz, Pfeffer, etwas Muskat, Eigelb, dem Mehl und der Kartoffelstärke zu einem homogenen Teig verkneten. Anschließend eine Arbeitsfläche mit Mehl bestäuben, längere, fingerdicke Rollen formen, in drei Zentimeter große Stücke schneiden, und daraus die typischen Schupfnudeln rollen. Salzwasser zum Kochen bringen und darin die Schupfnudeln etwa zwei Minuten garen, anschließend in Eiswasser abschrecken und in einem Sieb abtropfen lassen. Die übrige Butter erhitzen und darin die Schupfnudeln schwenken und mit Salz, Pfeffer und Muskat nachwürzen. Die Entenbrusttranchen mit den Schupfnudeln und den Wirsingrahm auf Tellern anrichten und servieren.

Alexander Herrmann am 16. Dezember 2009

Gebratene Hähnchen-Brust mit Linsen und Avocados

Für 4 Personen

Dressing:

| | | |
|--------------------|---------------|----------------|
| 1 TL Zucker | 1 Zitrone | 1 Msp. Kurkuma |
| 2 Msp. Kreuzkümmel | 8 EL Olivenöl | Salz |
| Pfeffer, weiß | | |

Gebratene Hähnchenbrust:

| | | |
|--------------------------|---------------------------------|--------------------|
| 400 g Hähnchenbrustfilet | 1 – 2 EL Butterschmalz | 2 Avocados |
| 0,5 Zitrone | 80 g Linsen (klein und gekocht) | 12 Cocktailtomaten |
| 3 Zweige Kerbel | 1 Bauernbrot | Salz |
| Pfeffer | | |

Dressing:

Den Saft der Zitrone auspressen. Zucker, Zitronensaft, Kreuzkümmel und Kurkuma verrühren. Das Olivenöl nach und nach einrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Gebratene Hähnchenbrust:

Saft der Zitrone auspressen. Hähnchenbrustfilets abbrausen, trocken tupfen und der Länge nach halbieren. Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und die Filets von beiden Seiten scharf anbraten. Vom Herd nehmen und zugedeckt circa fünf Minuten gar ziehen lassen. Nun mit Salz und Pfeffer würzen und schräg in Scheiben schneiden. Die Avocados schälen, halbieren, den Kern entfernen und in feine Spalten schneiden. Mit etwas Zitronensaft beträufeln. Dekorativ mit dem Hähnchenbrustfleisch, Linsen und Cocktailtomaten auf Tellern anrichten und das Dressing gleichmäßig darüber gießen. Als Garnitur die Kerbelblättchen verwenden. Dazu frisches Bauernbrot reichen.

Horst Lichter am 27. November 2009

Gebratene Perlhuhn-Brust mit Pfeffer-Kirschen

Für 4 Personen

Perlhuhnbrust:

| | | |
|----------------------------|-------------------|----------------------------|
| 2 Zweige Thymian | 2 Zweige Rosmarin | 4 Zweige Kerbel |
| 3 Zweige Petersilie, glatt | 80 g Butter | 4 Perlhuhnbrüste, mit Haut |
| 30 ml Olivenöl | 3 Zehen Knoblauch | Salz |
| Pfeffer | | |

Pfefferkirschen:

| | | |
|------------------------|------------------------|-------------------|
| 2 – 3 El Zucker | 200 ml Portwein, rot | 200 ml Rotwein |
| 150 ml Geflügelfond | 1 TL Speisestärke | 50 g Butter, kalt |
| 0,5 TL Pfeffermischung | 200 g Kirschen, frisch | Salz |

Brunnenkresse-Risotto:

| | | |
|---------------------|---------------------|---------------------------|
| 2 Schalotten | 20 ml Olivenöl | 200 g Risottoreis |
| 100 ml Weißwein | 400 ml Geflügelfond | 2 Bund Brunnenkresse |
| 50 g Butter | 50 g Schlagsahne | Parmesankäse |
| Salz | Pfeffer | Chili aus der Gewürzmühle |
| Kerbel zur Garnitur | | |

Den Backofen auf 120 Grad vorheizen.

Perlhuhnbrust:

Thymian, Rosmarin, Kerbel und Petersilie abbrausen, trocken schütteln und von den Stielen zupfen. Die Blättchen fein hacken. 50 Gramm Butter schaumig rühren und mit den gehackten Kräutern mischen, mit Salz und Pfeffer würzen. Perlhuhnbrüste unter der Haut mit der Kräuterbutter füllen, die Haut gut andrücken. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, Perlhuhnbrüste darin von beiden Seiten anbraten, Knoblauch zugeben und mit der restlichen Butter glasieren. Die Pfanne in den vorgeheizten Backofen stellen und etwa zehn Minuten gar ziehen lassen. Anschließend mit Salz und Pfeffer würzen.

Pfefferkirschen:

Zucker in einem großen Topf karamellisieren. Mit Port- und Rotwein ablöschen und mit Geflügelfond aufgießen. Die Flüssigkeit auf 150 Milliliter einkochen lassen und die mit etwas kaltem Wasser angerührten Stärke leicht binden. Den Topf vom Herd nehmen und die kalte Butter nach und nach unterrühren. Kirschen waschen, halbieren und entsteinen. Kirschen untermischen, Soße kräftig mit Pfeffer würzen und mit einer Prise Salz abschmecken.

Brunnenkresse-Risotto:

Die Schalotten in feine Würfel schneiden. Olivenöl in einem Topf erhitzen. Schalottenwürfel und Risottoreis zugeben und bei mittlerer Hitze glasig dünsten. Mit dem Weißwein ablöschen. Unter Rühren den Wein fast völlig vom Reis aufnehmen lassen. Dann ein Drittel des heißen Fonds angießen und unter Rühren fast völlig vom Reis aufnehmen lassen. Diesen Vorgang zweimal wiederholen, bis der Fond verbraucht ist. Risotto mit Salz und Pfeffer würzen. Die gewaschenen Brunnenkresseblätter von den Stielen zupfen, in 100 Milliliter Geflügelfond fein pürieren und unterheben. Zum Schluss Butter und Parmesan unterrühren und nochmals mit Salz, Pfeffer und Chili aus der Gewürzmühle abschmecken. Kurz vor dem Servieren die leicht angeschlagene Sahne unterheben. Das Brunnenkresserisotto auf Tellern anrichten, die Kirschen mit der Soße darum verteilen. Die Perlhuhnbrüste in Tranchen schneiden und anlegen.

Johann Lafer am 26. Juni 2009

Gefüllte Hähnchen-Brust, Rahm-Kohlrabi, Kartoffel-Gratin

Für 4 Personen

| | | |
|----------------------------|--------------------------------|----------------------|
| 2 Schalotten | 8 g Ingwer | 2 Scheiben Toastbrot |
| 6 Stängel Blatt Petersilie | 4 Zweige Thymian | 2 EL Butterschmalz |
| Salz, Pfeffer | 4 Hähnchenbrustfilets mit Haut | 150 ml Geflügelbrühe |
| 100 ml Apfelsaft | 1 EL kalte Butter | |

Für das Kartoffelgratin:

| | | |
|------------------------|--------------------|-------------------------|
| 600 g Kartoffeln, fest | 1 EL Butter | Salz, Pfeffer |
| 1 Prise Muskat | 200 ml Gemüsebrühe | 60 g Bergkäse, gerieben |

Für das Kohlrabigemüse:

| | | |
|---------------------|--------------|--------------------|
| 2 Kohlrabi mit Grün | 1 Schalotte | 1 EL Butterschmalz |
| 1 TL Mehl | 100 ml Milch | Salz, Pfeffer |
| 1 Prise Muskat | | |

Backofen auf 200 Grad (Umluft 180 Grad, Gas Stufe 3) vorheizen. Schalotten und Ingwer schälen. Schalotten fein hacken, Ingwer fein reiben. Vom Toastbrot die Rinde entfernen, dann in sehr feine Würfel schneiden. Blatt Petersilie und Thymian fein hacken. Schalotte in einer Pfanne mit 1 TL Butterschmalz anschwitzen. Aus der Pfanne nehmen und mit Brot, Ingwer, Thymian und Petersilie mischen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Mit dem Zeigefinger oder Löffelstiel vorsichtig zwischen Fleisch und Haut der Hähnchenbrust fahren. Vorsichtig die Füllmasse unter die Haut schieben. Hähnchenbrüste mit Salz und Pfeffer würzen und in einer Pfanne (mit hitzebeständigem Griff) mit 1 EL Butterschmalz von beiden Seiten kurz anbraten. Auf die Fleischseite drehen und im Ofen noch ca. 10 Minuten fertig garen. Dabei immer wieder mit etwas entstandenem Bratfett bepinseln. Gegarte Hähnchenbrüste aus der Pfanne nehmen, den Bratensatz mit Geflügelbrühe und Apfelsaft lösen und etwas einkochen lassen. Kalte Butter untermischen und die Soße damit binden. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Für das Kartoffelgratin die Kartoffeln schälen, in feine Scheiben hobeln, in eine gebutterte Auflaufform schichten und mit etwas Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Gemüsebrühe angießen und mit Käse bestreuen. Im heißen Ofen das Gratin ca. 20 Minuten garen. Für das Kohlrabigemüse die feinen Blättchen zur Seite legen. Kohlrabi schälen, halbieren und in feine Scheiben schneiden. Schalotte schälen und in einem Topf mit Butterschmalz anschwitzen, Kohlrabi zugeben. Alles mit Mehl bestäuben und mit Milch aufgießen. Kohlrabi weich dünsten, mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Zuletzt die zurückgelegten Blättchen fein hacken und unter das Gemüse mischen. Hähnchenbrüste mit der Soße, dem Gemüse und Kartoffelgratin anrichten.

Vincent Klink Donnerstag, 13. März 2008

Gegrillte Mais-Poularden-Brust mit Rhabarber-Chutney

Für 2 Personen

Maispoularden-Satay:

| | | |
|------------------------|------------------|-------------------------------|
| 1 Chilischote | 2 Knoblauchzehen | 1/2 Bund Kerbel |
| 1 Limette, unbehandelt | 1/8 l Kokosmilch | 1 EL Sojasoße |
| 1 EL Austernsoße | 2 EL Sesamöl | Szechuan-Pfeffer |
| Salz | 1 Prise Zucker | 400 g Maispoulardenbrustfilet |
| 1/2 TL Curry | 2 EL Olivenöl | |

Rhabarberchutney:

| | | |
|------------------------|----------------------------|--------------|
| 10 Korianderkörner | 3 Gewürznelken | 4 Sternanis |
| 200 g Rhabarber | 30 ml Grenadine | 8 Schalotten |
| 2 EL Olivenöl | 250 ml weißer Balsamico | 40 g Zucker |
| 1 Msp engl. Senfpulver | 1 Msp gehackte Chilischote | |

Maiscrepes:

| | | |
|------------------|---------------------------|-----------------------|
| 1 Ei | 50 ml Bier | 60 g Weizenmehl |
| 200 g Maiskörner | 20 g Cornflakes, ungesüßt | Salz, Pfeffer, Muskat |
| Olivenöl | | |

Für die Marinade Chili halbieren, die Kerne entfernen, dann Chili fein hacken. Knoblauch schälen und fein hacken. Kerbel abspülen, trocken schütteln und fein schneiden. Von der Limette die Schale abreiben und den Saft auspressen. Dann alles mit Kokosmilch, Sojasoße, Austernsoße und Sesamöl mischen. Mit im Mörser zerstoßenen Szechuan-Pfeffer, etwas Salz und einer Prise Zucker würzen. Die Marinade mit einer Frischhaltefolie abgedeckt über Nacht im Kühlschrank ziehen lassen, damit sich die Aromen entfalten können. Die Poulardenbrust in Scheiben schneiden und leicht plattieren oder flach drücken. Curry mit etwas Öl vermischen und die Fleischstücke damit einreiben, dann zusammenfalten und auf die Spieße stecken. (Tipp: Die Holzspieße 30 Minuten in kaltem Wasser einweichen.) Dann in die Marinade legen und einige Stunden kühl marinieren. Für das Chutney Korianderkörner, Nelken und Sternanis fein mit einem Mörser zerstoßen, dann durchsieben. Rhabarber schälen und in feine Würfel schneiden, diese mit Grenadine marinieren. Schalotten schälen, fein schneiden und in einem Topf mit 2 EL Olivenöl anschwitzen. Balsamico und Zucker untermischen. Rhabarber hinzufügen und die vorbereiteten Gewürze untermischen. Alles gut einkochen. Mit Senfpulver, Chili und Meersalz abschmecken. Für die Maiscrepes das Ei trennen und das Eiweiß steif schlagen. Bier, Weizenmehl und Eigelb glatt rühren, Maiskörner zugeben und würzen. Cornflakes fein zerdrücken und der Masse zugeben und ziehen lassen. Anschließend das aufgeschlagene Eiweiß vorsichtig unterheben. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. In einer Pfanne mit etwas Olivenöl aus dem Teig kleine Crepes ausbacken. Die Spieße aus der Marinade nehmen, mit Küchenkrep abtupfen, mit Curryöl bestreichen, leicht salzen und in der Pfanne oder auf dem Grill von jeder Seite ca. 3-4 Minuten braten. Dazwischen wiederholt mit Marinade bestreichen. Zum Anrichten das Rhabarberchutney in der Mitte des Tellers platzieren, Maispoulardenspieße aufsetzen und die gebackenen Maiscrepes parallel daneben anrichten.

Jörg Sackmann Montag, 25. Mai 2009

Gelbes Hähnchen-Curry mit Spitzkohl

Für 2 Personen

| | | |
|-------------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 100 g Basmatireis | Salz | 1 Stängel Zitronengras |
| 30 g Ingwer | 1 EL Pflanzenöl | 1 EL gelbe Currypaste |
| 2 Limettenblätter | 150 ml Kokosmilch | 100 ml Hühnerbrühe |
| 1/2 Karotte | 1 rote Zwiebel | 3 Thai-Auberginen |
| je 1/2 rote und gelbe Paprika | 1/2 Spitzkohl (ca.400 g) | 300 g Hähnchenbrustfilet |
| 3 EL Butterschmalz | 50 g Sojasprossen | 10 Blätter Basilikum |
| frischer Koriander | | |

Den Reis in Salzwasser kochen. Wenn vorhanden, kann der Reis natürlich auch in einem Reiskocher gekocht werden. Für die Soße vom Zitronengras die äußeren harten Blätter entfernen. Ingwer schälen und grob schneiden. 1 EL Öl in einem Topf erhitzen, Currypaste, Limettenblätter, Ingwer und dem Zitronengras zugeben und anschwitzen. Mit Kokosmilch und Hühnerbrühe aufgießen und 20 Minuten leicht köcheln lassen. Anschließend durch ein Sieb passieren und abschmecken. Karotte und Zwiebel schälen und in Streifen schneiden. Thai-Auberginen waschen und vierteln. Paprika in feine Streifen schneiden. Vom Kohl den Strunk entfernen und Kohl in Streifen oder Rauten schneiden. Hähnchenbrust in feine Streifen schneiden und in einem Wok mit 1 EL Schmalz von allen Seiten anbraten. Fleisch aus dem Wok nehmen und beiseite stellen. Das Gemüse und die Sojasprossen im Wok mit 1-2 EL Schmalz anbraten, die Kokos-Soße zugeben und kurz aufkochen. Das Gemüse sollte noch knackig sein. Fleisch wieder zugeben und erwärmen. Basilikum unter das Curry mischen und abschmecken. Den Reis und das Curry auf einen Teller geben und mit Koriander garnieren

Karlheinz Hauser Montag, 3. November

Geschnetzeltes von der Mais-Poularde

Für 4 Personen

| | | |
|---------------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 400 g Kartoffeln, mehlig | 150 g Brokkoli | Salz |
| 150 ml Sahne | 1 EL Butter | 1 TL Wasabipulver |
| 4 Maispouardenbrustfilets 180 g | 3 Schalotten | 100 g kleine Champignons |
| 50 g Steinpilze | 1 Bund glatte Petersilie | 2 EL Pflanzenöl |
| Pfeffer | 100 ml Geflügelbrühe | 150 ml Geflügeljus |
| 1 Spritzer Zitronensaft | evtl. 8 Kirschtomaten | |

Die Kartoffeln schälen, in Würfel schneiden und in einem Topf mit Salzwasser weich kochen. Brokkoli in Röschen zerteilen und in einem Topf mit Salzwasser blanchieren. Anschließend die Kartoffeln abschütten und durch eine Presse drücken. 50 ml Sahne erwärmen und zusammen mit der Butter mit einem Schneebesen unter die Kartoffeln mischen. Wasabipulver mit etwas Wasser anrühren und zusammen mit dem Brokkoli unter das Püree heben. Das Fleisch in feine Streifen schneiden. Schalotten schälen und fein schneiden. Pilze putzen und in dicke Scheiben schneiden. Petersilie abspülen, trocken schütteln und fein hacken. In einer Pfanne mit 2 EL Öl die Fleischstreifen anbraten, mit Salz und Pfeffer würzen. Die Fleischstreifen fast durchbraten, dann aus der Pfanne nehmen. In der Fleischpfanne die Schalotten mit den Pilzen anschwitzen, mit Geflügelbrühe, Geflügeljus und 100 ml Sahne auffüllen und um etwa die Hälfte einkochen lassen. Dann die Fleischstreifen in die Soße geben und nochmals kurz erwärmen. Mit Salz, Pfeffer und einem Spritzer Zitronensaft abschmecken. Zuletzt die Petersilie untermischen. Das Püree mittig auf Tellern anrichten, darauf das Geschnetzelte und etwas Soße geben. Nach Belieben mit leicht geschmorten Kirschtomaten garnieren.

Karlheinz Hauser Montag, 07. September 2009

Glasierte Enten-Brust mit Honig

Für 4 Personen

| | | |
|---------------------------|--------------------|-----------------------------|
| 2 Entenbrustfilets | 1 Zitrone | 1 Glas Honig, flüssig |
| 0,5 l Rotwein, trocken | 1 Knolle Knoblauch | 5 Zwiebeln, rot |
| 4 Schalotten | 8 EL Apfelessig | 2 EL Himbeergeist |
| 120 g Johannisbeeren, rot | 100 g Himbeeren | 2 EL Kokosraspeln, geröstet |
| Olivenöl | Salz | Pfeffer, schwarz |
| Eichblatt | Radicchio | Friséesalat |
| Ciabatta | | |

Den Saft der Zitrone auspressen. Die Entenbrustfilets mit einer Marinade aus Zitronensaft, Honig, Salz und Pfeffer gründlich einreiben und zwei bis drei Stunden zugedeckt marinieren. In der Zwischenzeit Eichblatt, Radicchio und den Friséesalat zupfen und auf einem Teller bunt anrichten. Die Schalotten, rote Zwiebeln und Knoblauch putzen und klein schneiden. In einer beschichteten Pfanne das Öl erhitzen, die Filets scharf anbraten und dann im Backofen warm halten. 100 Gramm Johannisbeeren und Himbeeren pürieren. In den Bratensaft jetzt die Schalotten, rote Zwiebeln und den Knoblauch glasig dünsten, die pürierten Früchte mitkochen lassen. Mit dem Rotwein, Himbeergeist und Essig ablöschen. Wenn die Flüssigkeit reduziert ist, kann die Pfanne vom Feuer genommen werden. Alles in eine Schüssel geben. Etwas von der Marinade und eventuell auch noch etwas Öl dazugeben. Alles gut mit dem Schneebesen verrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und über den Salat träufeln. Ciabattabrot in Scheiben schneiden und in etwas Olivenöl in einer Pfanne von beiden Seiten goldgelb anrösten. Die Entenbrustfilets aus dem Backofen befreien und in Scheiben geschnitten auf den Salat legen. Mit restlichen Johannisbeeren verzieren und Kokosraspeln darüberstreuen. Mit den gerösteten Brotscheiben servieren.

Johann Lafer / Eckmann am 19. September 2008

Glasierte Enten-Brust mit Vanille-Honig

Für 4 Personen

Chutney:

| | | |
|------------------|----------------|----------------------|
| 500 g Zwetschgen | 2 EL Balsamico | 150 g Silberzwiebeln |
| 2 EL Rohrzucker | 2 Sternanis | 1 Stange Zimt |
| 1 Knolle Ingwer | | |

Glasierte Entenbrüste:

| | | |
|------------------------|-------------------|--------------------|
| 4 Entenbrüste, a 200 g | 4 EL Akazienhonig | 0,5 Stange Vanille |
| Salz | Pfeffer | |

Rosenkohlsalat:

| | | |
|-----------------|-------------------|----------------------|
| 250 g Rosenkohl | 100 ml Gemüsefond | 2 EL Balsamico, weiß |
| 4 EL Olivenöl | Salz | Pfeffer |

Trüffelkartoffelpüree:

| | | |
|--------------------------|--------------|---------------|
| 800 g Kartoffeln, mehlig | 200 ml Milch | 100 ml Sahne |
| 80 g Trüffelbutter | Salz | Pfeffer, weiß |

Chutney:

Geschälte Silberzwiebeln vierteln. Zwetschgen halbieren. Mit 100 Milliliter Wasser, Balsamico, Silberzwiebeln, Zucker, Zimt, Ingwer und Sternanis aufkochen und circa 30 Minuten dickflüssig einkochen. Den Backofen auf 120 Grad vorheizen.

Glasierte Entenbrüste:

Honig und Vanillemark gut vermischen. Entenbrust karoförmig einschneiden, mit Salz und Pfeffer würzen. In einer heißen Bratpfanne auf der Hautseite anbraten und nach zwei Minuten wenden. Mit Vanillehonig beträufeln und im vorgeheizten Backofen circa 15 Minuten zu Ende garen. Zehn Minuten unter einer Folie ruhen lassen.

Rosenkohlsalat:

Blätter des Rosenkohls abschälen, Inneres vierteln. Die Hälften circa zehn Minuten in Gemüsefond garen. Die Blätter beigeben und zehn Minuten zu Ende garen. Mit Olivenöl, Balsamico, Salz und Pfeffer abschmecken.

Trüffelkartoffelpüree:

Kartoffeln gar kochen und durch eine Presse drücken. Mit Milch, Sahne und Trüffelbutter vermengen und mit Salz und weißem Pfeffer abschmecken.

Andreas C. Studer am 11. Dezember 2009

Hähnchen in Rotwein-Soße

Für 4 Personen

| | | |
|--------------------------------|-------------------|---------------------------|
| 1 frisches Hähnchen ca. 1,2 kg | Salz | 8 kleine Kartoffeln, fest |
| 2 EL Butterschmalz | 5 Schalotten | 10 braune Champignons |
| 2 Zweige Thymian | 2 Zehen Knoblauch | 500 ml Rotwein |

Die Keulen und die Brüste vom Huhn lösen. Die Keulen in Ober- und Unterkeule trennen, die Haut abziehen und salzen. Die Kartoffeln schälen, halbieren. In einem Topf ein Esslöffel Butterschmalz erhitzen und die Keulen darin anbraten bis sie rundherum goldbraun sind. Die Schalotten schälen und vierteln, die Champignons ebenfalls säubern und klein schneiden. Zu den Keulen in den Topf geben. Thymian dazugeben. Den Knoblauch pellen und klein hacken und mit den Kartoffeln ebenfalls hinzufügen. Rotwein angießen und den Deckel auflegen. Bei kleiner Flamme schmoren bis alles weich ist. In der Zwischenzeit die Haut würfeln und in einer Pfanne knusprig braten. Die Hühnerbrust salzen, von beiden Seiten im restlichen Butterschmalz anbraten und bei 180 Grad im Backofen fertig garen. Hühnerbrust aufschneiden, mit Keulen, Gemüse und Soße anrichten, knusprige Haut darüber streuen und servieren.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 10. November 2009

Hähnchen mit Sesam-Kartoffeln

Für 4 Personen

Hähnchen:

| | | |
|------------------------|-----------------|----------------------|
| 2 Maishähnchen, a 1 kg | 2 Eier | 6 EL Mehl |
| 50 g Panko | 1 Bund Rosmarin | 150 ml Teriyaki-Soße |
| Salz | Chilipfeffer | |

Sesamkartoffeln:

| | | |
|------------------------|---------------------|----------------------------|
| 300 g Kartoffeln, fest | 0,5 Bund Petersilie | 4 EL Sesamkörner, geröstet |
| 100 ml Sesamöl, dunkel | Salz | Pfeffer |

Soße:

| | | |
|---------------------|--------------------|-------------|
| 1 Salatgurke, klein | 50 g Crème-fraîche | 0,5 Zitrone |
| 1 EL Butter | Salz | Pfeffer |

Hähnchen:

Hähnchen auslösen. Keulen in Salzwasser gar kochen, danach enthäuten und die Knochen entfernen. Mit Chilipfeffer würzen, in Mehl wenden, durch die verquirlten Eier ziehen und mit Panko panieren. In einer Fritteuse knusprig backen. Die Brüste leicht plattieren und würzen, in einer Grillpfanne mit Rosmarin garen und zum Schluss mit Teriyaki-Soße glacieren.

Sesamkartoffeln:

Die Kartoffeln schälen, würfeln und blanchieren. In einer Pfanne braten, mit Salz und Pfeffer würzen. Die Petersilie hacken. Sesamkörner und Petersilie und ein bisschen Sesamöl dazu geben.

Soße:

Den Saft der Zitrone auspressen. Gurke schälen, entkernen und grob mixen. Crème-fraîche, Butter und Zitronensaft dazu geben und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Steffen Henssler am 20. November 2009

Hähnchen-Brust im Cornflakes-Mantel mit Gurken-Nudeln

Für 2 Personen

| | | |
|------------------------------|------------------------|---------------|
| 2 Hähnchenbrüste, a 150 g | 2 Eier | 2 Salatgurken |
| 150 g Cornflakes, zuckerfrei | 3 EL Butterschmalz | 2 EL Mehl |
| 2 EL Crème-fraîche | 1 Zitrone, unbehandelt | Salz |
| Pfeffer, schwarz | | |

Die Hähnchenbrüste in ca. 1-2 cm dicke Streifen schneiden, mit Salz würzen und in dem Mehl wenden. Die Eier in einer Schüssel gut verrühren. Anschließend die Hähnchenstreifen durch die Eier ziehen und mit den leicht zerbröselten Cornflakes von allen Seiten panieren. In einer kleinen Pfanne das Butterschmalz erhitzen und die Hähnchenstreifen von allen Seiten knusprig braun anbraten. Danach die Hähnchenstreifen auf Küchenpapier abtropfen lassen. Die Gurke schälen, anschließend mit dem Schäler dünne Gurkenstreifen abziehen, bis das Kerngehäuse zum Vorschein kommt. Die Gurkenstreifen zusammen mit einer Prise Salz in einem kleinen Topf kurz erhitzen, bis die Gurkenstreifen zusammenfallen. Die Schale der Zitrone wird abgerieben, anschließend wird die Zitrone halbiert und der Saft ausgepresst. Die Crème-fraîche wird unter die Gurkenstreifen gerührt und mit Pfeffer, Zitronensaft und -abrieb abschmeckt. Die Gurkenstreifen aus dem Topf nehmen, wie Spaghetti aufdrehen und in einen tiefen Teller setzen. Die übriggebliebene Gurkenrahmsoße mit einem Pürierstab vermengen, bis er schäumt. Den Schaum mit einem Löffel abschöpfen und auf die Gurken geben. Die Hähnchenstücke dekorativ um die Gurkennudeln herumsetzen.

Alexander Herrmann am 30. Dezember 2009

Hähnchen-Brust in der Papilote

Für 2 Personen

| | | |
|---------------------------|-------------------|-------------------------|
| 3 Kartoffeln, fest | 60 g Champignons | 2 Schalotten |
| 1 Knoblauchzehe | 1 TL Speisestärke | 250 ml Geflügelfond |
| 2 Hähnchenbrustfilets | Salz, Pfeffer | 2 Zweige Thymian |
| 2 EL Sherry | 1 Salatgurke | 1 Spritzer Zitronensaft |
| 1-2 EL saure Sahne | | |
| zusätzlich: | | |
| 2 großen Bogen Backpapier | Küchenschnur | |

Kartoffeln weich kochen, anschließend pellen, halbieren und vierteln. Champignons in dünne Scheiben schneiden. Schalotten schälen und fein schneiden. Knoblauch schälen und halbieren. Den Backofen auf 200 Grad (Umluft 180 Grad, Gas Stufe 3-4) vorheizen. Stärke in 20 ml Geflügelfond auflösen. Restlichen Gemüsegond aufkochen und mit der Stärke binden. Zwei ca. 30 cm große Bögen Pergament- oder Backpapier zu je einem Dreieck falten, die Kanten so einschlagen, dass die Tüten dicht sind. Die Hähnchenbrustfilets mit Salz und Pfeffer würzen und in jede Tüte Fleisch, Kartoffeln, Champignons, Schalotte, Knoblauch und Thymian geben. Vorsichtig Geflügelfond und Sherry in die Tüten gießen und alles gut verschließen. Alles auf ein Backblech legen und im vorgeheizten Backofen ca. 30 Minuten garen, bis das Fleisch gegart ist. In der Zwischenzeit die Gurke schälen und in feine Scheiben hobeln oder schneiden. Mit Salz und Pfeffer würzen, mit Zitronensaft und saurer Sahne mischen. Die Tüten aufreißen und sofort anrichten. Man kann die Tüten auch auf die Teller geben und öffnet sie erst am Tisch. Den Gurkensalat dazu servieren.

Vincent Klink Mittwoch, 08. Juli 2009

Hähnchen-Curry mit gebratener Ananas

Für 2 Personen

| | | |
|----------------------|-----------------------------|----------------------------|
| 1 Zwiebel | 1 Knoblauchzehe | 1/2 Bund glatte Petersilie |
| 1 rote Paprika | 200 g frische Ananas | 2 Hähnchenbrustfilets |
| 3 EL Olivenöl | 1 TL Curry | 1 TL Mehl |
| 200 ml Geflügelbrühe | 150 ml Kokosmilch, ungesüßt | 1/2 Bund Thai-Basilikum |
| Salz, Pfeffer | 1 EL Butter | |

Zwiebel und Knoblauch schälen und fein schneiden. Petersilie abspülen, trockenschütteln und fein hacken. Mit einem Sparschäler die Haut der Paprika dünn abschälen, Paprika halbieren, die Kerne entfernen und das Fruchtfleisch in kleine Stücke schneiden. Die Ananas schälen, in ca. 1 cm dicke Scheiben schneiden, diese halbieren und den festen Mittelstrunk ausschneiden. Die Hähnchenbrüste in Stücke schneiden und in einer Pfanne mit 2 EL Olivenöl kurz anbraten (ca. 2 Minuten), aus der Pfanne nehmen und zur Seite stellen. In der Pfanne mit 1 EL Olivenöl Zwiebel und Knoblauch anschwitzen. Paprika zugeben mit anschwitzen. Curry darüber streuen und gut durchmischen. Mit Mehl bestäuben und mit Geflügelbrühe und Kokosmilch aufgießen. Die Soße ca. 3 Minuten durchkochen. Das Fleisch und Thai-Basilikumblätter untermischen und abschmecken. Die Ananasscheiben in einer Pfanne mit 1 EL Butter von beiden Seiten anbraten und mit grobem Pfeffer bestreuen. Das Hähnchencurry anrichten und die gebratene Ananas zugeben. Dazu passt sehr gut Basmatireis.

Vincent Klink Donnerstag, 12. Februar 2009

Hähnchen-Frikassee mit Pfitzauf

Für 4 Personen

| | | |
|-----------------------------|---------------------------|------------------------|
| 1 Freilandhähnchen | 1 Zwiebel | Salz |
| 1 TL Pfefferkörner | 1 Lorbeerblatt | 1 Schalotte |
| 150 g kleine Champignons | 3 Stangen Staudensellerie | Salz |
| 2 EL Butter | 1 EL Mehl | 40 ml Sahne |
| 1 Eigelb | Pfeffer | 1 Spitzer Zitronensaft |
| 1 EL Kapern mit Flüssigkeit | | |

Für die Pfitzauf:

| | | |
|------------|-----------------------------------|--------------|
| 130 g Mehl | 250 ml Milch | 1 Prise Salz |
| 2 Eier | 30 g weiche Butter (fast flüssig) | Butter |

Das Hähnchen abspülen. Zwiebel schälen und in Achtel schneiden. Das Hähnchen in einen Topf geben und mit Wasser bedecken. Salz, Pfefferkörner, Lorbeerblatt und Zwiebel zugeben. Alles zum Kochen bringen und das Hähnchen gar kochen (ca. 1,5 Stunden), anschließend den Topf vom Herd nehmen und das Hähnchen in der Brühe auskühlen lassen. Dann heraus nehmen und die Brühe durch ein Sieb passieren. Das Fleisch von den Knochen ablösen und in mundgerechte Würfel schneiden. Schalotte schälen und fein hacken. Champignons putzen und in Viertel schneiden. Staudensellerie waschen und 1 cm dicke Stücke schneiden. Champignons und Staudensellerie separat kurz in Salzwasser blanchieren, herausnehmen und abtropfen lassen. Den Backofen auf 180 Grad (170 Grad Umluft, Gas Stufe 3-4) vorheizen. Für die Pfitzauf Mehl, Milch, Salz und Eier mit dem Mixer gut vermengen, dann die weiche Butter gut untermixen. Die Pfitzauf-Formen gut ausbuttern, man kann auch Kaffeetassen oder noch besser Silikon-Muffins-Formen verwenden. Formen zur Hälfte mit dem Teig füllen und im 180 Grad heißen Ofen ca. 30 Minuten backen. Die Pfitzauf, daher der Name, sollten um das Dreifache aufgegangen sein. Dann bei geöffneter Ofentür noch kurz ruhen lassen, damit sie stabil werden und nicht in sich zusammensacken. Die Schalotte in einem Topf mit 1 EL Butter anschwitzen, Mehl zugeben und kurz anrösten, mit Sahne ablöschen und gut verrühren. Mit 1/2 l zuvor passierter Geflügelbrühe aufgießen und 10 Minuten köcheln lassen. Den Topf vom Herd ziehen, 1 EL kalte Butter und das Eigelb unterrühren. Mit Salz, Pfeffer und etwas Zitronensaft abschmecken. Champignons, Staudensellerie, Kapern mitsamt der Kapernflüssigkeit und das Hühnerfleisch zugeben und nochmals erwärmen, nicht mehr kochen lassen. Pfitzauf aus der Form stürzen und mit dem Frikassee anrichten.

Vincent Klink Donnerstag, 22. Januar 2009

Hähnchen-Frikassee

Für 2 Personen

| | | |
|------------------------|----------------------|------------------------------|
| 6 getrocknete Morcheln | 80 g Reis | 1 Hähnchenbrust (400 g) |
| 1 Zwiebel | 1/2 TL Pfefferkörner | 1 Lorbeerblatt |
| Salz | 100 ml Sahne | 80 g frische Morcheln |
| 40 g Butter | 2 EL Mehl | 2-3 Stiele glatte Petersilie |
| Pfeffer | Zitronensaft | |

Morcheln in Wasser einweichen. Reis weich kochen und das Fleisch abspülen. Zwiebel schälen und in Würfel schneiden. Fleisch und Zwiebeln mit Pfefferkörnern und Lorbeer in einen Suppentopf geben und mit Wasser bedecken. 1 TL Salz zugeben und alles rund 20 Minuten köcheln lassen. Fleisch herausheben und abtropfen lassen. Fond durch ein feines Sieb passieren. 1/2 l Fond und Sahne in einem Topf aufkochen und bei starker Hitze um die Hälfte einkochen. Die eingeweichten Morcheln mit in den Fond geben und ungefähr 5 Minuten garen. Butter und Mehl glatt verkneten. Stückchenweise in den heißen Fond einrühren. Soße ca. 1 Minute köcheln lassen. Das Fleisch von Haut und Knochen lösen und in mundgerechte Stücke schneiden. Petersilie abspülen, trocken schütteln, Blättchen abzupfen und fein hacken. Hähnchenfleisch in die Soße geben und nochmals kurz erhitzen. Soße mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken. Petersilie darüber streuen. Frikassee mit dem Reis anrichten.

Tipp: Das Frikassee lässt sich auch gut in Blätterteigpasteten anrichten.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 22. Januar 2008

Hähnchen-Gemüse im Brot-Teig

Für 4 Personen

| | | |
|----------------------|--------------------|--------------------------|
| 20 g Hefe | 1 TL Zucker | 1 Ei |
| 125 g Mehl 405 | 100 g Vollkornmehl | 1/4 Hokaidokürbis |
| 1 Pastinake | 1 Maiskolben | Salz |
| 1 Bund Lauchzwiebeln | 10 Maronen | 1 EL Butterschmalz |
| 1/2 l Gemüsebrühe | 1 EL Ahornsirup | 150 g Hähnchenbrustfilet |
| 150 g Sahne | | |

Den Backofen auf 200 Grad (Umluft 180, Gas Stufe 3) vorheizen. Hefe mit 80 ml warmen Wasser verrühren und ein Esslöffel Zucker zugeben. Das Ei trennen, Eiweiß beiseite stellen. Das Eigelb zum Mehl geben und alles zusammen zu einem Teig verrühren. Falls nötig noch Wasser zugeben. Den Kürbis würfeln, die Pastinake schälen und würfeln, die Maiskörner vom Kolben schneiden , Zwiebellauch fein schneiden, die Maronen hacken. In einer großen Pfanne Butterschmalz erhitzen und das Gemüse anbraten, salzen, Gemüsebrühe zugeben und weich dünsten. Zum Ende der Garzeit Zwiebellauch und gehackte Maronen zugeben, mit Ahornsirup abschmecken. Die Hühnerbrust klein schneiden mit der Sahne und dem Eiweiß vermengen, salzen und mit dem Zauberstab zu einer cremigen Masse pürieren.(Farce). Das Gemüse passieren und mit der Farce mischen. Den Brotteig zu einer Platte ausrollen und eine Kastenform damit auslegen. Die Gemüsemischung hineingeben, mit dem Teig bedecken, alles gut festdrücken und ca. 20 Minuten bei 200 Grad backen. Das Brot aus der Form stürzen und vorsichtig in Scheiben schneiden. Dazu passt ein Blattsalat.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 29. September 2009

Hähnchen-Geschnetzeltes mit Gemüse

Für 2 Personen

| | | |
|--------------------------|----------------------|----------------------------|
| 2 Schalotten | 100 g junge Karotten | 100 g Champignons |
| 300 g Hähnchenbrustfilet | 1,5 EL Butterschmalz | 100 g TK-Erbsen |
| 50 ml trockener Weißwein | 100 ml Sahne | 50 ml Kalbsfond |
| 1 TL Mehlbutter | Salz, Pfeffer | 3 Stiele glatte Petersilie |
| 2 EL geschlagene Sahne | | |

Schalotten schälen und fein schneiden, Karotte schälen und in feine Scheiben hobeln oder schneiden. Champignons in feine Scheiben. Hähnchenbrust in feine Streifen schneiden und diese in einer heißen Pfanne mit 1 EL Butterschmalz kurz und kräftig anbraten. Fleisch aus der Pfanne nehmen, in ein Sieb geben und den Fleischsaft abtropfen lassen und auffangen. In der Fleischpfanne mit 1 TL Butterschmalz die Schalotten anschwitzen, Pilze zugeben und kurz anbraten. Dann Karotten und Erbsen zugeben, kurz anschwanken und mit Weißwein ablöschen. Mit Sahne und Kalbsfond auffüllen und die Flüssigkeit ca. um die Hälfte einkochen lassen. Dann den abgetropften Fleischsaft zugeben und die Soße mit Mehlbutter binden. Kurz aufkochen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Kurz vor dem Servieren das Fleisch zum erwärmen in die Soße geben, alles mit Salz und Pfeffer abschmecken. Petersilie abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Kurz vor dem Servieren wird das Fleisch in der Soße erwärmt. Zuletzt die geschlagene Sahne unterheben und mit Petersilie bestreuen. Dazu passen Nudeln oder Reis.

Otto Koch Freitag, 24. Oktober

Hähnchen-Kohl-Gemüse aus dem Wok

Für 4 Personen

| | | |
|------------------------|---------------------------|---------------------------|
| Ca. 500 ml Hühnerbrühe | Salz, Pfeffer | 2 Hähnchenbrustfilets |
| 1 kleiner Spitzkohl | 1 kleiner Brokkoli | 1 kleiner Blumenkohl |
| 1 Bund Lauchzwiebeln | 2 EL Rapsöl | 1 EL arabische Sesampaste |
| 1/2 Bund Koriander | 1 EL schwarze Sesamkörner | |

Die Hühnerbrühe gut mit Salz und Pfeffer abschmecken, auf ca. 70 Grad erhitzen, die Hähnchenbrüste hineinlegen und ca. 20 Minuten gar ziehen lassen. Das Gemüse putzen, waschen und abtropfen lassen. Spitzkohlblätter in ca. 2 x 2 cm große Stücke schneiden, Brokkoli und Blumenkohl in kleine Röschen aufteilen, Zwiebellauch in feine Ringe schneiden. Im Wok Öl erhitzen und nacheinander Blumenkohl, Brokkoli und Spitzkohl braten, zuletzt den Zwiebellauch zugeben. Mit Salz würzen, Sesampaste zugeben und mit etwas Hühnerbrühe (ca. 100 ml) ablöschen. Koriander waschen, trockenschütteln, hacken und zugeben. Hühnerbrüste in Tranchen schneiden. Zusammen mit dem Gemüse servieren und mit schwarzem Sesam bestreuen.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 22. September 2009

Hähnchen-Perlgraupen-Risotto

Für 4 Personen

| | | |
|---------------------|-----------------------|--------------------------|
| 1 Zwiebel | 1 Knoblauchzehe | 3 EL Butter |
| 250 g Perlgraupen | 1 Lorbeerblatt | Salz |
| ca. 1 l Hühnerbrühe | 10 Champignons | 1 Bund glatte Petersilie |
| Pfeffer | 2 Hähnchenbrustfilets | 4 Zweige Thymian |
| 1 EL Butterschmalz | | |

Zwiebel und Knoblauch schälen, Zwiebel fein würfeln. In einem Topf mit 1 EL Butter die Zwiebel anschwitzen. Graupen zugeben und kurz anschwitzen. Lorbeerblatt und Salz hinzufügen und mit gut der Hälfte der Hühnerbrühe ablöschen. Die Graupen kochen und nach und nach immer wieder etwas Brühe zugeben, bis die Graupen weich sind. Die Champignons würfeln und in einer Pfanne mit 1 EL Butter anschwitzen. Petersilie abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Pilze und Petersilie unter den Risotto mischen und abschmecken. Den Backofen auf 180 Grad (Umluft 160 Grad, Gas Stufe 3) vorheizen. Hähnchenbrüste mit Salz und Pfeffer würzen und je 2 Thymianzweige unter die Haut schieben. In einer Pfanne mit 1 EL Butterschmalz von beiden Seiten anbraten, das Fleisch auf ein Backblech geben und im vorgeheizten Ofen ca. 10 Minuten durch garen. Den Bratensatz mit 150 ml Hühnerbrühe ablöschen, kurz aufkochen und mit 1 EL kalter Butter binden. Hühnerbrust aufschneiden. Risotto in tiefen Tellern anrichten, das Fleisch zugeben und mit Soße umgießen.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 13. Januar 2009

Hähnchen-Pilaw

Für 2 Personen

| | | |
|---------------------|-------------------------|--------------------|
| 200 g Hähnchenbrust | Salz | Pfeffer |
| 2 Schalotten | 2 EL Olivenöl | 1 Peperoni |
| 1 TL Thymianblätter | 1 Knoblauchzehe | 125 g Langkornreis |
| 1 Msp Safran | ca. 250 ml Fleischbrühe | |

Hähnchenbrust in 1 cm große Würfel schneiden, pfeffern und salzen. Die Schalotten schälen und fein würfeln. In einer Pfanne 1 EL Olivenöl erhitzen Fleischwürfel darin rundum scharf anbraten und zur Seite stellen. Peperoni halbieren, die Kerne ausstreichen und Peperoni fein hacken. Vom Thymian die Blättchen abstreifen. Knoblauch schälen und durch die Presse drücken. In einem Topf mit 1 EL Olivenöl Schalotten anschwitzen, den Reis zu geben, Knoblauchzehe, Peperoni, Thymianblätter und Safran hinzufügen. Mit der Brühe aufgießen und bei geschlossenem Deckel ca. 20 Minuten bei milder Hitze köcheln lassen. Immer wieder mal umrühren. Wenn der Reis weich ist, aber noch deutlich körnig, das Geflügelfleisch unterheben. Abschmecken mit Salz und Pfeffer.

Vincent Klink Mittwoch, 18. März 2009

Hähnchen-Saté mit Aprikosen-Relish

Für 4 Personen

| | | |
|-----------------------|-----------------------------|--------------------------|
| 30 g Ingwer | 1 Peperoni | 1/2 Zitrone, unbehandelt |
| 500 g reife Aprikosen | 200 g Zucker | 1 EL Dijon-Senf, scharf |
| 1 EL Apfelessig | 1 TL schwarze Pfefferkörner | 1 Zwiebel |
| 1 Knoblauchzehe | 1 TL Koriander | 2 EL Weißweinessig |
| 4 EL Sonnenblumenöl | 500 g Hähnchenbrustfilet | |

Für das Aprikosenrelish 20 g Ingwer schälen und fein hacken. Die Peperoni entkernen und klein hacken. Die Schale von der Zitrone fein runterreiben. Die Aprikosen schälen, entkernen, halbieren, vierteln und alles mit Zucker, Senf, Apfelessig und Pfeffer in einen Topf geben, gut vermengen, kurz aufkochen, bis eine sämige Konsistenz erreicht ist, vom Herd nehmen und abkühlen lassen. Für das Geflügelsaté den restlichen Ingwer schälen und reiben. Zwiebel schälen, fein hacken und den Knoblauch pressen. Koriander waschen, gut abtropfen lassen und ebenfalls klein schneiden. Alles mit Weißweinessig und 2 EL Sonnenblumenöl zu einer Marinade verrühren. Die Hühnerbrust in Streifen schneiden und mit einer Messerklinge leicht flach drücken. Das Fleisch in eine Schüssel geben, mit der Marinade vermengen und zugedeckt ca. 1 Stunde im Kühlschrank ziehen lassen. Das eingelegte Fleisch auf Schaschlikspieße stecken, in einer Pfanne im heißen Fett ca. 4 Minuten rundum rösten und mit dem Aprikosenrelish anrichten.

Vincent Klink Mittwoch, 28. Mai 2008

Hähnchen-Schlegel mit Reis-Salat

Für 2 Personen

| | | |
|------------------------------|---------------------------|---------------------------|
| 4 Hähnchenunterschenkel | Salz, Pfeffer | 1 Prise Paprikapulver |
| 100 g Langkornreis | 30 g Mandelblättchen | 2 Stangen Staudensellerie |
| 2-3 Tomaten | 1/2 Peperoni | 2 Lauchzwiebeln |
| 100 g Aprikosen | 1/2 Bund Blatt Petersilie | 1/2 Bund Koriander |
| 2 Zweige Minze, fein gehackt | 1/2 Zitrone, ausgepresst | 4 -5 EL Olivenöl |

Den Backofen auf 200 Grad (Umluft 180 Grad, Gas Stufe 3-4) vorheizen. Die Hähnchenschenkel mit Salz und Pfeffer würzen, evtl. noch mit etwas Paprikapulver bestreuen. Auf ein Backblech geben und im Ofen ca. 15-20 Minuten garen (nach der Hälfte der Garzeit wenden). Den Reis in reichlich Salzwasser kochen. Mandelblättchen in einer Pfanne ohne Fett rösten. Staudensellerie fein würfeln, blanchieren und gut abtropfen lassen. Die Tomaten häuten, entkernen und fein würfeln. Peperoni entkernen und fein hacken, Lauchzwiebeln in feine Röllchen schneiden. Aprikosen entkernen und würfeln. Die Kräuter abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Den gekochten Reis in eine Schüssel geben und mit einer Gabel auflockern. Sellerie, Tomaten, Peperoni, Lauchzwiebeln, Aprikosen und Kräuter untermischen. Mit Zitronensaft und Olivenöl anmachen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Mit Mandelblättchen bestreuen und den Hähnchenschlegeln servieren.

Vincent Klink Donnerstag, 25. Juni 2009

Hähnchen-Brust in einer Parmesan-Harissa-Hülle

Für 4 Personen

Hähnchenbrust:

| | | |
|--------------------------------|--------------------------|----------------------|
| 80 g Parmesan | 90 g Mehl, doppelgriffig | 20 g Toastbrotbrösel |
| 1 – 2 EL Harissa (Gewürzpaste) | 4 Eier | |
| 4 Hühnerbrüste, ohne Haut | 5 EL Butter, braun | |
| Chilisalz, mild | | |

Peperonispinat:

| | | |
|------------------------|--------------------|--------------------|
| 500 g Wurzelspinat | 1 Peperoni, rot | 1 Peperoni, grün |
| 1 EL Öl | 150 ml Gemüsebrühe | 1 Scheibe Ingwer |
| 1 Scheibe Knoblauch | 1 Stange Zimt | 1 EL Butter, braun |
| Chili, mild (gemahlen) | Muskatnuss | Salz |

Hähnchenbrust in der Parmesan-Harissa-Hülle:

Parmesan fein reiben und mit zehn Gramm Mehl und Toastbrotbröseln vermischen. Harissa und Eier hinein rühren. Die Hähnchenbrust schräg in vier bis fünf Scheiben schneiden und mit Chilisalz würzen. Zuerst im restlichen Mehl, dann in der Parmesanmasse wenden und in einer Pfanne bei milder Hitze in der braunen Butter von beiden Seiten sanft bräunen. Auf Küchenpapier abtropfen lassen. (Die Panade bräunt sehr leicht, deshalb ist es wichtig, die panierten Hähnchenscheiben besonders schonend bei milder Hitze zu braten.)

Peperonispinat:

Die Spinatblätter von den Stielen zupfen, gründlich waschen und abtropfen lassen. Die Peperoni entstrunken, entkernen und in einen Zentimeter breite Stücke schneiden. In Öl anschwitzen, mit der Brühe aufgießen und etwa fünf Minuten weich dünsten. Die Spinatblätter hinzufügen. Knoblauch, Ingwer und brauner Butter hinein geben und mit Salz, Chili, Zimtabrieb und Muskatnuss würzen.

Alfons Schuhbeck am 16. Oktober 2009

Hühner-Brust mit wenig indischen Gewürzen

Für 4 Personen

| | | |
|-------------------------|---------------------|---------------------|
| 300 – 400 g Hühnerbrust | 2 EL Öl | 30 g Butter |
| 1 Zwiebel, klein | 4 Frühlingszwiebeln | 1 Apfel |
| 1 Tasse Basmatireis | 5-6 Karotten | 5-6 Zucchini |
| 4-5 Frühlingszwiebeln | 1 dl Weißwein | 5 cl Sahne, flüssig |
| 1 EL Garam-Masala | Öl | Butter |
| Salz | Zucker | Pfeffer |

Den Backofen auf 180 Grad vorheizen.

Das Hühnerfleisch in drei Mal drei Zentimeter große Würfel schneiden und in einer Schüssel mit zwei Esslöffel Öl mischen. Mit Pfeffer, Salz und Garam-Masala gleichmäßig würzen. In 20 Gramm geklärter Butter etwa vier Minuten bei starker Hitze schön anbraten. Das Fleisch aus der Pfanne heben, das überflüssige Fett abgießen und restliche Butter in die noch heiße Pfanne geben. Die Zwiebel in Halbringe schneiden, dazugeben und goldbraun werden lassen. Die Zwiebeln mit dem Weißwein ablöschen und einkochen lassen. Die Sahne hinzugeben, aufkochen lassen und das angebratene Hühnerfleisch hinzugeben. Vier Frühlingszwiebeln in Ringe schneiden und darüber streuen. Den Apfel mit Schale in jeweils 12 Scheiben schneiden. In etwas Butter mit ein wenig Zucker karamellisieren. Den Basmatireis mit fast der doppelten Menge an Wasser in einen Topf geben. Eine Möhre raspeln und ebenfalls in den Topf geben. Den Topf für ungefähr 15 Minuten in den vorgeheizten Backofen stellen. Karotten, Zucchini und die restlichen Frühlingszwiebeln säubern. Die Zucchini in sehr dünne Scheiben schneiden. Das Gemüse in einer heißen Pfanne mit etwas Öl kurz anbraten und salzen. Das Hühnerfleisch zusammen mit den karamellisierten Apfelspalten, Basmatireis und dem Gemüse anrichten.

Lea Linster am 01. August 2008

Haselnuss-Hähnchen-Keule

Für 2 Personen

| | | |
|-------------------|------------------|--------------------|
| 2 Hähnchenkeulen | 1 kleine Zwiebel | 20 Haselnusskerne |
| 30 g Weißbrot | 2 EL Haselnussöl | Salz |
| 1 Zweig Thymian | 1 Eigelb | 1 EL Butterschmalz |
| 3 Möhren | 1 Schalotte | 1 EL Butter |
| 50 ml Gemüsebrühe | Zucker | 50 ml Sahne |

Den Backofen auf 180 Grad (Umluft 160 Grad, Gas Stufe 3) vorheizen. Von den Hähnchenkeulen den unteren Knochen vorsichtig auslösen, dabei die Haut möglichst unbeschädigt lassen. Die Zwiebel schälen, fein hacken. Haselnusskerne schälen und fein hacken. Das Brot fein reiben oder im Cutter mahlen. Zwiebel in einer Pfanne mit 1 EL Haselnussöl anschwitzen, die gehackten Nüsse und das Brot zugeben, mit Salz und Thymian abschmecken und aus der Pfanne nehmen. Eigelb untermischen und die Masse in die Keulen füllen, mit einem Zahnstocher oder ähnlichem zustecken. In einer Pfanne (mit feuerfestem Griff) die gefüllten Keulen mit Butterschmalz von allen Seiten goldbraun anbraten, dann im Backofen bei 150 Grad (Umluft 130 Grad, Gas Stufe 2) noch ca. 20 Minuten weiter garen. Die Möhren schälen und in dünne Streifen schneiden. Schalotte schälen und fein schneiden. In einem Topf mit Butter anschwitzen, Möhren zugeben und mit Gemüsebrühe dünsten bis sie weich sind, etwas Salz und Zucker zugeben, Sahne angießen und abschmecken. 1 EL Haselnussöl unterrühren und mit den gefüllten Keulen servieren.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 15. Januar 2008

Kartoffel-Kastanien-Püree und Enten-Brüste

Für 2 Personen

| | | |
|---------------------------|---------------------|--------------------------|
| 200 g Kartoffeln, fest | Salz | 200 g Maronen, vorgegart |
| 1/2 l Milch | 2 Zwiebeln | 2 EL Butter |
| 1 EL Mehl | 1 Prise Muskat | 1 Zwiebel |
| 2 Entenbrüste a ca. 150 g | Pfeffer, Salz | 1/8 l Rotwein |
| 50 ml Sahne | 1/2 Bund Petersilie | 1/2 Bund Schnittlauch |

Für das Püree die Kartoffeln schälen, in große Stücke schneiden und in Salzwasser garen, kurz vor Ende der Garzeit die Maronen dazu geben. Wenn die Kartoffeln weich sind, alles abgießen und den Topf nochmals zurück auf den Herd stellen, damit die überschüssige Flüssigkeit verdampft. In einem kleinen Topf Milch erhitzen. Die Kartoffeln und Maronen durch die Presse drücken und die Milch mit einem Schneebesen oder Rührgerät unterschlagen, bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist. Die Zwiebeln schälen, klein schneiden, in einem Topf mit 1 EL Butter andünsten, mit 1 EL Mehl bestäuben, leicht bräunen und unter das Kartoffel-Kastanienpüree ziehen. Vor dem Servieren mit Salz und Muskat abschmecken und wer mag kann noch etwas Butter unterziehen. Für die Entenbrust die Zwiebel schälen und fein schneiden. Die Entenbrüste von der Haut befreien, in Streifen schneiden, pfeffern, salzen und in einer Pfanne mit 1 TL Butter kurz anbraten. Das Fleisch aus der Pfanne nehmen und auf einem Teller zur Seite stellen. Die Zwiebeln mit der restlichen Butter in die Pfanne geben, anrösten und mit Rotwein ablöschen. Alles einköcheln lassen, mit der Sahne auffüllen, einmal kurz aufkochen, das Fleisch in die Pfanne geben und darin anschwenken. Petersilie und Schnittlauch waschen, trocknen und fein hacken bzw. fein schneiden. Das Püree mit dem Fleisch und der Soße anrichten und mit Petersilie und Schnittlauch bestreut servieren.

Tipp: Es lassen sich auch Esskastanien für den Auflauf verwenden. Die Kastanien kreuzweise über die Spitze einritzen auf einem Backblech bei 180 Grad (circa eine halbe Stunde rösten, bis die Schale abplatzt. Die Schale entfernen und die gegarten Kastanien zum Schluss mit den Kartoffeln kochen. Das Püree kann man auch in Auflaufförmchen füllen und im Ofen mit geriebenem Bergkäse überbacken.

Vincent Klink Mittwoch, 17.September

Mais-Hähnchen-Brust, Orangen-Curry-Kruste, Spaghettini

Für 4 Personen

Maishähnchenbrust:

| | | |
|-------------------------------|----------------------|--------------------------|
| 4 Maishähnchenbrüste | 2 EL Butterschmalz | 1 Zweig Rosmarin |
| 2 Zweige Thymian | 0,5 Knolle Knoblauch | 30 g Butter |
| 2 EL Frucht-Senf Orange Curry | 1 EL Crème-fraîche | 0,5 Limette, unbehandelt |
| 2 Scheiben Toastbrot | 50 g Butter, kalt | Salz |
| Pfeffer | | |

Asiatische Spaghettini:

| | | |
|-------------------|---------------------|-------------------------------|
| 400 g Spaghettini | 100 g Zuckerschoten | 50 g Shiitake-Pilze |
| 1 Paprika, rot | 2 EL Sesamöl | 2 Schalotten |
| 2 Zehen Knoblauch | 2 cm Ingwerknolle | 0,5 Chilischote |
| 40 ml Sojasoße | 100 ml Geflügelfond | Koriander aus der Gewürzmühle |
| Salz | Pfeffer | |

Den Backofen auf 120 Grad vorheizen.

Maishähnchenbrust mit Orangen-Curry-Kruste:

Die Maispouardenbrüste in heißem Butterschmalz von beiden Seiten anbraten, mit Salz und Pfeffer würzen. Dabei Rosmarin, Thymian, Knoblauch und Butter zugeben. Alles auf ein mit Alufolie ausgelegtes Backblech geben und im Backofen bei 120 Grad Ober- und Unterhitze circa 15 bis 20 Minuten garen. Den Backofen auf 220 Grad vorheizen. Die Schale der Limette abreiben. Frucht-Senf, Crème-fraîche und Limettenschale mischen. Die fertig gegarten Brüste auf der Hautseite mit der Fruchtsenf Mischung bestreichen. Das Toastbrot entrinden, in einer Küchenmaschine fein mahlen und auf die Brüste streuen. Butterflöckchen darüber verteilen und unter dem Backofengrill bei 220 Grad goldgelb gratinieren.

Asiatische Spaghettini:

Die Spaghettini in kochendem Salzwasser bissfest garen. Zuckerschoten und Pilze in feine Streifen schneiden. Paprika vierteln, Kerngehäuse entfernen, schälen und ebenfalls in feine Streifen schneiden. Schalotten in feine Streifen schneiden. Knoblauch fein würfeln. Das Sesamöl in einer Pfanne erhitzen, Schalotten und Knoblauch darin anschwitzen, Gemüse zugeben und einige Minuten anbraten. Geschälten Ingwer reiben, Chili fein würfeln, beides zu dem Gemüse geben und mit Sojasoße und Geflügelfond ablöschen. Mit Koriander, Salz und Pfeffer würzen. Die abgekochten Nudeln darin anschwemmen, die Maishähnchenbrust aufschneiden und mit den Spaghettini servieren.

Johann Lafer am 05. September 2008

Mais-Poularde, Brot-Mantel, Mandel-Risotto, Apfel-Spalten

Für 2 Personen

Für das Mandelrisotto:

| | | |
|-------------------------|------------------------|--------------------------|
| 1 Schalotte | 1 EL Butter | 1 kleiner Thymianzweig |
| 1 kleines Lorbeerblatt | 50 g Risottoreis | 50 ml trockenen Riesling |
| 125 ml Geflügelfond | 10 ml Mandelöl | 20 g geschälte Mandeln |
| 10 g Parmesan, gerieben | 1 EL geschlagene Sahne | 15 ml trockener Sekt |

Für den Mandelschaum:

| | | |
|---------------------|------------------|----------------|
| 400 ml Milch | 1 Blatt Gelatine | 25 ml Mandelöl |
| 1/2 Prise Agar-Agar | 1 Prise Salz | |

Für die Poularde:

| | | |
|---------------------------------|------------------------|----------------------------|
| 2 Maispouardenbrüste | Salz, Pfeffer | 60 g getrocknete Aprikosen |
| 4 Scheiben Toastbrot ohne Rinde | 60 g zerlassene Butter | 2 EL Olivenöl |

Für die Apfelspalten:

| | | |
|-----------------------|-------------------------|------------------|
| 1 Apfel (z.B. Elstar) | 1 EL Butter | 1 TL Puderzucker |
| 50 ml Apfelsaft | 1 Spritzer Zitronensaft | |

Schalotte schälen, fein schneiden und in einem Topf mit 1 EL Butter farblos anschwitzen, Thymian und Lorbeerblatt zugeben. Reis zugeben, mit Weißwein ablöschen und köcheln lassen. Nach und nach mit Fond auffüllen und unter ständigem Rühren, den Reis bissfest kochen (dies dauert ca. 15 Minuten). Dann Mandelöl und Mandeln zugeben, frisch geriebenen Parmesan und geschlagene Sahne unterziehen und mit Sekt abrunden. Für den Mandelschaum die Milch in einen Topf geben und um etwas mehr als die Hälfte einkochen (auf 150 ml) lassen. Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Dann in der eingekochte Milch die Gelatine auflösen. Mandelöl, Agar Agar und eine Prise Salz zugeben und alles in eine kleine Espumaflasche füllen und kalt stellen. Den Ofen auf 180 Grad (Umluft 160 Grad, Gas Stufe 3) vorheizen. Die Pouardenbrüste innen längs einschneiden, aufklappen, etwas flach klopfen (am besten zwischen einer Frischhaltefolie) und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Aprikosen auflegen und die Brust stramm einrollen, die Spitze einschlagen. Die Brotscheiben mit der zerlassenen Butter bestreichen, die Roulade darauf geben und einrollen. Pouardenbrüste in einer Pfanne mit 2 EL Olivenöl rund herum goldbraun anbraten. Dann im Ofen ca. 5 Minuten weiterbraten, herausnehmen und 5 Minuten ruhen lassen. Apfel halbieren und jede Hälfte in 3 Spalten schneiden, das Kerngehäuse entfernen. In einer Pfanne mit 1 EL Butter die Apfelstücke anschwitzen, mit Puderzucker bestäuben und karamellisieren. Zuletzt mit Apfelsaft und einem Spritzer Zitronensaft ablöschen. Die Maispouardenbrust in Scheiben schneiden und auf dem Risotto anrichten. Apfelspalten und den Mandel-Espuma-Schaum zugeben. Risotto nach Belieben mit Mandelöl beträufeln und evtl. mit Mandelkernen bestreuen.

Jörg Sackmann Montag, 1. Dezember

Mais-Poularden-Brust mit zweierlei Pfeffer-Soßen

Für 4 Personen

Für die Pfeffersoße:

| | | |
|--------------------------|--------------------------|-----------------------|
| 1 TL grüne Pfefferkörner | 2 Schalotten | 2 EL Butter |
| 50 ml Cognac | 30 ml Portwein | 200 ml Kalbsfond |
| Salz | 1 TL weiße Pfefferkörner | 50 ml weißer Portwein |
| 200 ml Geflügelfond | 150 ml Sahne | |

Für die Maispoularde:

| | | |
|-------------------|-----------------|-----------------------------------|
| 3 Tomaten | 1 Limette | 4 Maispoulardenbrüste a ca. 180 g |
| Salz, Pfeffer | 2 EL Pflanzenöl | 1 TL Butter |
| 1 Stiel Basilikum | | |

Für die Soßen die grünen Pfefferkörner mit kaltem Wasser abwaschen. Schalotten schälen und fein schneiden. In einem Topf eine gewürfelte Schalotte mit 1 EL Butter anschwitzen, grüne Pfefferkörner zugeben mit dem Cognac und dann mit dem Portwein ablöschen und nahezu einkochen lassen. Dann mit Kalbsfond auffüllen und die Soße nochmals zur gewünschten Konsistenz einkochen. Die Soße mit Salz abschmecken. Für die helle Pfeffersoße restliche Schalotte mit den weißen Pfefferkörnern in einem Topf mit 1 EL Butter anschwitzen. Mit dem weißen Portwein und Geflügelfond ablöschen und nahezu einkochen lassen. Dann Sahne hinzufügen, kurz einkochen und mit Salz die Soße abschmecken. Den Ofen auf 170 Grad Ober-Unterhitze (160 Grad Umluft, Gas Stufe 2-3) vorheizen. Tomaten kurz in kochendes Wasser geben und dann sofort in Eiswasser geben, die Haut abziehen und das Kerngehäuse entfernen. Die Tomatenfilets in Streifen schneiden. Limette großzügig schälen und die Fruchtfilets herausschneiden. Die Maispoularde mit Salz und Pfeffer würzen. In einer Pfanne mit 2 EL Öl anbraten so das sie leicht goldbraun sind, dann für ca. 6-7 Minuten im vorgeheizten Ofen gar ziehen lassen. Tomatenstreifen und Limettenfilets in einer Pfanne mit 1 TL Butter leicht anschwitzen, mit Salz und Pfeffer würzen und mit Basilikumblättern verfeinern. Maispoulardenbrüste aufschneiden mit den Tomaten-Limettenfilets garnieren und mit den beiden Pfeffersoßen anrichten. Dazu passt sehr gut Kartoffel-Püree.

Karlheinz Hauser Montag, 10. November

Marinierte Hähnchen-Brust mit Aprikosen-Chutney

Für 2 Personen

| | | |
|-------------------------------|-----------------------|-----------------|
| 2 TL Dijon-Senf | 2 EL Weißweinessig | 170 ml Weißwein |
| 2 Hähnchenbrüste a 150 g | 2 EL Olivenöl | 2 Schalotten |
| 1 Knoblauchzehe | 500 g reife Aprikosen | 1/4 Chilischote |
| 1 TL grober schwarzer Pfeffer | 1/2 TL Ingwerpulver | Salz, Pfeffer |

1 TL Senf mit 1 EL Essig und 2 EL Weißwein verrühren, die Hähnchenbrüste damit bestreichen und einen Tag kühl stellen. Die Schalotten schälen, fein hacken und mit der angedrückten Knoblauchzehe in einem Topf mit etwas Olivenöl anschwitzen. Die Aprikosen schälen, vom Kern befreien, in Streifen schneiden und mit entkernter und feingehackter Chilischote zu den Schalotten geben, alles anrösten, mit Weißwein ablöschen und mit Deckel köcheln lassen. Die Aprikosen mit etwas Essig und Senf, sowie Pfeffer und Ingwerpulver abschmecken. Die marinierten Hähnchenbrüste pfeffern und salzen und grillen. Die Hähnchenbrüste mit Aprikosenchutney anrichten.

Vincent Klink Donnerstag, 26. Juni 2008

Mit Hähnchenfleisch gefüllter Kürbis

Für 2 Personen

| | | |
|----------------------------|--------------------|----------------------|
| 2 kleine Hokkaidokürbisse | 1 Karotte | 80 g Sellerie |
| 80 g Lauch | 1 kleine Zwiebel | 2 EL Butterschmalz |
| 1 EL Curry | 250 ml Gemüsebrühe | Salz, Pfeffer |
| 1/2 Bund glatte Petersilie | 2 EL Crème-fraîche | 1 Hähnchenbrustfilet |

Dem Kürbis den Deckel abschneiden, entkernen, das Fruchtfleisch herausschaben und diese in Würfel schneiden. Karotte, Sellerie und Lauch putzen und fein würfeln. Zwiebel schälen und fein schneiden. Zwiebel in einem Topf mit 1 EL Butterschmalz anschwitzen, Kürbisfleisch und restliches Gemüse zugeben. Kurz anschwitzen, dann Curry untermischen und mit Brühe auffüllen. Alles ca. 10 Minuten köcheln lassen, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Petersilie abspülen, trockenschütteln und fein hacken. Zusammen mit Crème-fraîche untermischen. Fleisch in kleine Würfel schneiden und in einer Pfanne mit 1 EL Butterschmalz von allen Seiten braten, mit Salz und Pfeffer würzen. Das gebratene Fleisch unter das Kürbisragout mischen. Den hohlen Kürbis in heißem Wasser erwärmen. Ihn dann aus dem Wasser nehmen und trockentupfen. Das Kürbisragout in den ausgehöhlten Kürbis füllen und servieren.

Vincent Klink Donnerstag, 03. September 2009

Paprika-Hähnchen-Geschnetzeltes mit gebratener Polenta

Für 2 Personen

Für die Polenta:

| | | |
|-----------------|----------------|-------------------------|
| 1 Schalotte | 1 EL Butter | ca. 500 ml Fleischbrühe |
| 150 g Maisgrieß | 1 Zweig Salbei | 50 g Parmesan |
| Salz, Pfeffer | 2 Eier | 50 g Weißbrotbrösel |
| 3 EL Olivenöl | | |

Für das Geschnetzelte:

| | | |
|-----------------|--------------------------|--------------------|
| 1 rote Paprika | 2 Schalotten | 1 Knoblauchzehe |
| 1/2 Chilischote | 300 g Hähnchenbrustfilet | Salz, Pfeffer |
| 2 EL Olivenöl | 1/4 l Brühe | 2 EL Crème-fraîche |

Für die Polenta Schalotte schälen und fein schneiden. In einem Topf mit Butter die Schalotte anschwitzen. Mit Brühe auffüllen und aufkochen. Unter stetigem Rühren langsam den Maisgrieß einrieseln lassen und bei geringer Hitze Polenta quellen lassen (Quellzeit ist abhängig von der Grießsorte, dazu Packungsangabe beachten). Salbeiblätter in Streifen schneiden und unter die Polenta mischen. Parmesan fein reiben und unter die gequollene Polenta mischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Eine Kastenkuchenform oder Auflaufform mit Frischhaltefolie auslegen und die Grießmasse einfüllen. Über Nacht erkalten lassen. Paprika putzen und würfeln. Schalotten fein schneiden, Knoblauch pressen. Chilischote von Kernen befreien und Fruchtfleisch fein schneiden. Fleisch in Streifen schneiden, leicht salzen und mit Pfeffer bestreuen. Hähnchenfleisch leicht salzen und pfeffern. In einer Pfanne mit 1 EL Olivenöl kurz von allen Seiten anbraten (ca. 3 Minuten). Dann aus der Pfanne nehmen und im Ofen bei ca. 60 Grad warm stellen. Schalotten, Paprika und Chilischote im restlichen Olivenöl anschwitzen. Mit Brühe ablöschen und um die Hälfte einkochen lassen. Crème-fraîche zugeben, einmal aufkochen, das Hähnchenfleisch wieder zugeben und abschmecken. Polenta aus der Form stürzen, die Folie abziehen und in Scheiben schneiden. Die Scheiben durchs verquirlte Ei ziehen und mit den Bröseln panieren. In einer Pfanne mit Olivenöl von beiden Seiten anbraten und zum Geschnetzelten servieren.

Vincent Klink Donnerstag, 15. Januar 2009

Pasta mit Enten-Bolognese

Für 2 Personen

| | | |
|----------------------------|------------------|-----------------------|
| 250 g Entenkeule ausgelöst | 1 EL Olivenöl | 1 Karotte |
| 1 Stange Staudensellerie | 2 Knoblauchzehen | 1 Zwiebel |
| 1 EL Tomatenmark | 1 EL Mehl | 80 ml Rotwein |
| 150 ml Brühe | 250 g Tomaten | 1 Lorbeerblatt |
| 1 Zweig Rosmarin | 1 Zweig Thymian | Salz, Pfeffer |
| 200 g Spaghetti | 1 EL Butter | 30 g Parmesan, frisch |
| 2 Zweige Basilikum | | |

Die Entenkeule durch den Fleischwolf drehen. Das Öl in einer tiefen Pfanne erhitzen. Das Enten-Hackfleisch in dem Öl kurz scharf anbraten. Die Karotte schälen und würfeln, Staudensellerie ebenfalls würfeln, Knoblauchzehen und Zwiebel schälen und fein schneiden. Die Gemüswürfel, Zwiebel und Knoblauch zu dem Hackfleisch geben und mit anschwitzen. Das Tomatenmark in dem Hackfleisch verteilen und mit anschwitzen. Mit Mehl bestäuben und anschließend das Hackfleisch mit dem Rotwein und der Brühe ablöschen und einkochen lassen. Die Tomaten und die Kräuter zugeben. Die Soße 1/2 Stunde bei schwacher Hitze leicht kochen lassen. Zwischen-durch immer wieder umrühren. am Schluss die Kräuter aus der Soße nehmen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Spaghetti in reichlich Salzwasser bissfest kochen und abschütten. Die heißen Spaghetti mit Butter anmachen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. In tiefen Tellern anrichten und die Enten-Bolognese darüber geben. Mit Parmesan bestreuen und mit Basilikum garniert servieren.

Otto Koch Freitag, 13. November 2009

Perlhuhn-Brust im Speck-Mantel auf Sauerkraut

Für 2 Personen

| | | |
|----------------------------|----------------------------|--------------------|
| 100 g Schweinenetz | 300 g Sauerkraut | 150 ml Gemüsebrühe |
| 50 ml Weißwein | 1 Lorbeerblatt | 1/2 TL Pfeffer |
| 1 kleine Zwiebel | 1 kleine Kartoffel | Salz |
| 2 Perlhuhnbrüste ohne Haut | 6 Scheiben Frühstücksspeck | Pfeffer |
| 1 Schalotte | 2 Tomaten | 1 EL Butter |
| 250 ml Geflügelfond | 1/2 Bund glatte Petersilie | |

Das Schweinenetz gut wässern. Das Sauerkraut aufsetzen, mit der Brühe und Weißwein zum Kochen bringen, Lorbeerblatt und Pfeffer zugeben. Zwiebel und Kartoffel schälen, grob reiben, zum Sauerkraut geben und ca. 25 Minuten kochen lassen. Dann das Sauerkraut abschmecken. Den Backofen auf 220 Grad (Umluft 200 Grad, Gas Stufe 4) vorheizen. Die Perlhuhnbrüste mit Pfeffer würzen, mit dem Speck sorgfältig einwickeln, dann fest in hitzestabile, lebensmittelechte Folie wickeln. In einem Topf mit 75 Grad heißem Wasser ca. 20 Minuten garen. Das Schweinenetz in etwa 15 x 15 cm große Stücke schneiden und jeweils ein Häufchen Sauerkraut darauf geben. Dann das darüber geben, fest einschlagen, so dass es fast kugelförmig wird. Die Sauerkrautkugeln auf ein Backblech oder eine feuerfeste Form geben und im vorgeheizten Ofen garen, bis das Schweinenetz goldbraun ist. Schalotte schälen und fein schneiden. Tomaten mit heißem Wasser abbrühen, die Haut entfernen, vierteln, die Kerne austreichen und dann das Fruchtfleisch in Würfel schneiden. In einer Pfanne mit Butter Schalotten anschwitzen, Tomatenstücke zugeben und kurz andünsten. Geflügelfond angießen und diesen etwas einkochen lassen. Petersilie abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Petersilie unter die Soße mischen und abschmecken. Die gegarten Perlhuhnbrüste aus der Folie packen, schräg aufschneiden und mit dem Sauerkraut im Schweinenetz anrichten. Mit der Soße umgießen.

Otto Koch Freitag, 09. Januar 2009

Perlhuhn-Brust mit zweierlei Kürbis und Feld-Salat

Für 4 Personen

Eingelegter Kürbis:

| | | |
|------------------------------|----------------------------|-------------------------|
| 200 g Muskatkürbis | 400 ml Weißwein | 1 Zitrone |
| 50 g Zucker | 10 g Kardamomkapseln, grün | 0,5 Schote Vanille |
| 0,5 Stange Zimt | 3 Scheiben Ingwer | 0,5 Orange, unbehandelt |
| 1 – 2 EL Weißweinessig, mild | | |

Kürbissoße:

| | | |
|------------------------|-------------------------|---------------------------|
| 200 g Butternut Kürbis | 300 ml Gemüsebrühe | 1 Chilischote, getrocknet |
| 1 Lorbeerblatt | 2 Scheiben Ingwer | 50 ml Kokosmilch |
| 50 ml Sahne | 0,5 Orange, unbehandelt | Chiliflocken |
| Salz | | |

Perlhuhnbrust:

| | | |
|----------------------------|--------------------|----------------------------|
| 4 Perlhuhnbrüste, mit Haut | 4 EL Butter, braun | 0,25 Schote Vanille |
| 0,5 Stange Zimt | 2 Scheiben Ingwer | 2 EL Kürbiskerne, geröstet |
| Feldsalat zum garnieren | Chilisalz | |

Eingelegter Kürbis:

Den Saft der Zitrone auspressen. Einen halben Streifen Schale aus der Orange herausschneiden. Den Kürbis schälen, die Kerne entfernen, in einen halben Zentimeter dicke Scheiben schneiden und diese in Stücke von vier bis fünf Zentimeter schneiden. Weißwein mit Zitronensaft, Zucker, Kardamon, Vanille, Zimt und Ingwer aufkochen. Den Kürbis darin zehn Minuten köcheln, die Orangenschale hinein geben und auskühlen lassen. Bestenfalls einen Tag im Kühlschrank durchziehen lassen.

Kürbissoße:

Etwa eine Messerspitze Schale der Orange abreiben. Den Kürbis schälen, die Kerne entfernen und in einen Zentimeter dicke Stücke schneiden. Die Gemüsebrühe in einem Topf erhitzen und die Würfel mit Chilischote, Lorbeerblatt und Ingwer in etwa 20 Minuten weich köcheln lassen. Die ganzen Gewürze wieder entfernen. Mit einem Stabmixer pürieren und die Kokosmilch und Sahne hinzugeben. Mit einer Prise Chiliflocken, Orangenabrieb und Salz abschmecken. Den Backofen auf 100 Grad vorheizen.

Perlhuhnbrust:

Die Perlhuhnbrüste in einer Pfanne bei mittlerer Hitze mit einem Esslöffel brauner Butter auf der Hautseite anbraten bis sie goldgelb ist. Kurz auf der anderen Seite anbraten und im Backofen auf einem Gitter in etwa 20 Minuten saftig durch ziehen lassen. Die restliche Butter mit der ausgekratzten Vanilleschote, Zimt und Ingwer in einer Pfanne erwärmen und die Perlhuhnbrüste damit bestreichen. Mit Chilisalz würzen und schräg in vier Teile schneiden. Die Soße mit dem Stabmixer aufschäumen und in tiefen Tellern verteilen. Kürbisstücke, Perlhuhnbrust und Kürbiskerne darauf anrichten und mit Feldsalat garnieren.

Alfons Schuhbeck am 30. Oktober 2009

Picatta von Enten-Brust

Für 4 Personen

| | | |
|---------------------|-----------------------|--------------------------|
| 2 Entenbrüste, groß | 50 g Mehl | 2 Eier |
| 300 g Spargel, grün | 30 g Butter, flüssig | 200 g Kartoffeln, mehlig |
| 80 g Parmesan | 0,5 l Geflügelbrühe | 0,1 l Sahne |
| 0,2 l Entensoße | 0,1 l Hollandaise | 1 Zwiebel |
| 0,2 l Weißwein | 1 Orange, unbehandelt | Butterschmalz |
| Olivöl | Salz | Pfeffer |
| Zitronensaft | | |

Die Entenbrüste von Haut und Sehnen befreien und in acht gleichgroße Stücke schneiden und plattieren. Die Medaillons mit Salz und Pfeffer würzen. Aus Eiern, Mehl und 30 Gramm geriebenem Parmesan die Panade herstellen. Die Ente nun erst in Mehl und dann in der Parmesan-Ei-Panade wenden und in heißem Butterschmalz von beiden Seiten kurz braten. Den Spargel waschen, unteres Drittel schälen, in Salzwasser gar kochen und mit flüssiger Butter einpinseln. Die Kartoffeln in einen halben Zentimeter große Würfel schneiden und mit der Zwiebel in Olivenöl anschwitzen. Die glasige Masse mit Weißwein ablöschen und mit der Brühe und Sahne auffüllen. Nach circa acht Minuten 30 Gramm Parmesan zugeben und servieren. Die Schale der Orange abreiben und zu der Entensoße geben. Den Spargel in der Hollandaise schwenken und mit der Ente und dem Kartoffelrisotto servieren. Restlichen Parmesan über das Gericht streuen. Die Ente mit Zitronensaft beträufeln.

Alfons Schuhbeck / Sartor am 17. Oktober 2008

Pistazien-Risotto mit Hähnchen-Brust

Für 2 Personen

| | | |
|---------------------------|----------------------|---------------------------------|
| 2 Hähnchenbrüste, a 180 g | 40 ml Weißwein | 225 ml Gemüsefond |
| 75 g Risottoreis | 0,5 TL Fenchelkörner | 0,5 TL Lavendelblüten |
| 1 Zwiebel | 1 Schote Vanille | 2 Zehen Knoblauch |
| 1 Orange, unbehandelt | 1 Msp. Safran-Fäden | 20 g Pistazienkerne, ungesalzen |
| 4 EL Olivenöl, mild | 1 EL Butter | 1 Prise Chiliflocken, mild |
| 1 Ingwer | Salz | Pfeffer, schwarz |

Den Backofen auf 100 Grad Umluft vorheizen. Die Zwiebel abziehen, würfeln und eine Hälfte in einem Topf bei milder Hitze in einem Esslöffel Olivenöl glasig anschwitzen. Den Reis dazu geben und solange mitschwitzen lassen, bis die Reiskörner heiß sind. Mit dem Weißwein ablöschen, einköcheln lassen, mit etwas Gemüsefond aufgießen und unter ständigem Rühren immer wieder etwas Gemüsefond hinzugeben. Diesen vom Reis aufsaugen lassen, bis die Reiskörner nach 15 bis 20 Minuten noch etwas Biss haben. Zwei Streifen der Orangenschale abreißen. Den Knoblauch abziehen und in Scheiben schneiden. Die Vanilleschote aufschneiden und ein Viertel des Marks herauskratzen. Den Fenchel in einem Mörser zerreiben und nach etwa zehn bis 15 Minuten mit dem Lavendel, dem Vanillemark, einer Knoblauchzehe, einem Streifen Orangenschale und dem Safran in das Risotto rühren. Zum Schluss die Pistazien dazu geben, einen Esslöffel Olivenöl hinein rühren, die ganzen Gewürze entfernen und mit Salz und Chili abschmecken. Die Hähnchenbrüste waschen, trocken tupfen, in einer Pfanne in zwei Esslöffeln Öl auf beiden Seiten hell anbraten, auf das Ofengitter legen und in 25 bis 30 Minuten saftig durchziehen lassen. Den Ingwer schälen und eine Scheibe davon abschneiden. In einer Pfanne die Butter bräunen mit dem restlichen Knoblauch, der Ingwerscheibe und der Orangenschale erwärmen, die Hähnchenbrüste nach dem Garen darin wenden und mit Salz und Pfeffer würzen. Das Risotto in warmen tiefen Tellern anrichten und je ein Hähnchenbrust darauf setzen.

Alfons Schuhbeck am 30. Oktober 2009

Pochierte Gänse-Brust mit lauwarmem Rote-Bete-Salat

Für 2 Personen

| | | |
|-----------------|---------------------|----------------------------------|
| 1 Gänsebrust | 1 l Hühnerbrühe | 2 Wacholderbeeren |
| 2 Pimentkörner | 600 g kl. Rote-Bete | Meersalz |
| Honig | 2 Zweige Rosmarin | 10 Maronen, ungegart, ungeschält |
| 1 Boskoop-Apfel | 1 rote Zwiebel | 1 TL Senf |
| 2 EL Apfelessig | 1 EL Walnussöl | 4 EL Rapsöl |
| Pfeffer | | |

Die Gänsebrust falls nötig vom Knochen lösen, dann in einer Panne ohne Fett von allen Seiten kurz anbraten (zuerst auf der Hautseite). Mit der Brühe bedecken, Wacholderbeeren und Pimentkörner zerdrücken und zugeben. Alles ca. 1 Stunde köcheln lassen (der Fond sollte nicht stark kochen, sondern nur leicht simmern). Den Backofen auf 200 Grad (Umluft 180 Grad, Gas Stufe 3) vorheizen. Die Rote-Bete waschen, nicht schälen. Einzeln die Rote-Bete Knollen in Alufolie einpacken und zuvor mit Meersalz, je 1/2 TL Honig und etwas Rosmarin bedecken. Im Ofen die eingepackte Rote-Bete ca. 45 Minuten (je nach Größe) garen. In der Zwischenzeit die Maronen an der Schale einritzen, vom Apfel das Kerngehäuse ausstechen. In den letzte 20 Minuten Maronen und Apfel mit in den Ofen geben. Die Zwiebel schälen und fein würfeln. Senf, Essig und Öl zu einer Vinaigrette mischen, mit Salz und Pfeffer würzen und die Zwiebel untermischen. Rote-Bete auspacken, schälen und in Scheiben schneiden. Die Maronen schälen und ebenfalls in Scheiben schneiden. Rote-Bete mit der Vinaigrette anmachen. Vom Apfel einen Esslöffel gebackenes Fruchtfleisch herausnehmen und auf den Salat geben, die Maronenscheiben darüber streuen. Die Gänsebrust in Tranchen schneiden und mit dem Salat servieren.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 11. November

Pochierte Hähnchen-Brust im mediterranen Kräuter-Sud

Für 2 Personen

| | | |
|-----------------------|----------------------------|------------------------|
| 4 kleine Artischocken | 1 Lauchzwiebel | 1 kleine Fenchelknolle |
| 3 EL Olivenöl | 300 ml Gemüsebrühe | 3 Zweige Thymian |
| 2 Zweige Rosmarin | 2 Hähnchenbrustfilets | Salz, Pfeffer |
| 6 Kirschtomaten | 1/2 Bund glatte Petersilie | 1/2 Bund Basilikum |

Die Artischocken von den Spitzen und den äußeren Blättern befreien, dann vierteln. Lauchzwiebel und Fenchel in feine Streifen schneiden. In einer Pfanne mit 3 EL Olivenöl die Artischocken anschwitzen, Fenchel und Lauchzwiebeln zugeben. Gemüsebrühe angießen. Rosmarin- und Thymianzweige einlegen. Die Hähnchenbrüste mit Salz und Pfeffer würzen und auf das Gemüse geben. Zugedeckt das Fleisch ca. 15 Minuten im Gemüse-Kräutersud garen. Kurz vor dem Servieren die Kirschtomaten untermischen. In der Zwischenzeit Petersilie und Basilikumblätter in feine Streifen schneiden. Die Hähnchenbrüste mit dem Gemüsesud anrichten und mit den frischen Kräuterstreifen bestreuen. Dazu passen Ofenkartoffeln.

Vincent Klink Donnerstag, 16. Juli 2009

Poletto-Perlhuhn-Lasagne mit Waldpilzen

Für 4 Personen

Perlhuhnkeule:

| | | |
|------------------|---------------------------|------------------|
| 2 Perlhuhnkeulen | 750 – 1000 g Gänseschmalz | 1 Zweig Rosmarin |
| 1 Zweig Thymian | 1 Zweig Salbei | 150 ml Kalbsjus |
| Salz | Pfeffer | |

Polenta:

| | | |
|---------------------|----------------------|----------------|
| 150 g Polenta, grob | 800 ml Geflügelbrühe | 1 Lorbeerblatt |
| 1 EL Butter | Salz | |

Waldpilze:

| | | |
|-----------------|--------------------------|-------------------------|
| 200 g Waldpilze | 4 Stangen Frühlingslauch | 8 Stangen Spargel, grün |
| Salbeiblätter | Olivenöl | Salz |
| Pfeffer | | |

Den Backofen auf 80 Grad vorheizen.

Perlhuhnkeule:

Die Perlhuhnkeulen salzen und pfeffern. Etwas Gänseschmalz in einer Pfanne erhitzen und die Perlhuhnkeulen darin von beiden Seiten anbraten. Das restliche Gänseschmalz in einem Topf auf circa 80 Grad erhitzen und die Perlhuhnkeulen mit Rosmarin, Thymian und Salbei einlegen. Im vorgeheizten Backofen circa drei bis vier Stunden confieren (garen in flüssigem Fett). Die Keulen sind fertig gegart, wenn sich das Fleisch leicht vom Knochen lösen lässt und butterweich ist. Die confierten Keulen aus dem Schmalz heben und leicht auskühlen lassen. Die Haut ablösen und das Fleisch vom Knochen lösen. Das Fleisch mit den Fingern in mundgerechte Stücke zupfen. Das Perlhuhnfleisch mit der Jus erhitzen, eventuell nachwürzen.

Polenta:

Die Geflügelbrühe mit dem Lorbeerblatt aufkochen, leicht salzen und die Polenta unter ständigem Rühren einrieseln lassen. Die Temperatur verringern und die Polenta unter gelegentlichem Rühren circa eine halbe Stunde köcheln lassen. Die Polenta vom Herd nehmen und mit Butter und Salz abschmecken. Anschließend wird sie auf ein kleines Blech gestrichen, so dass sie circa eine Höhe von vier Zentimeter hat. Die Polenta gut auskühlen lassen, stürzen und in vier Quadrate von circa sieben Zentimeter Länge schneiden. Die Quadrate mit einem Tortenschneider oder dünnem Messer in drei dünne Scheiben schneiden. Die Polentascheiben in einer beschichteten Grillpfanne ohne Öl von beiden Seiten grillen.

Waldpilze:

Die Pilze putzen und eventuell halbieren. Den Frühlingslauch putzen, waschen und halbieren. Vom grünen Spargel nur das untere Drittel schälen und in kochendem Salzwasser blanchieren. In Eiswasser abschrecken und halbieren. Die Gemüse mit ein paar Salbeiblättern in Olivenöl anbraten, salzen und pfeffern. Jeweils eine Polentascheibe auf vier vorgewärmte Teller setzen. Diese mit dem Perlhuhnragout, Gemüse und einer weiteren Polentascheibe belegen. Diesen Vorgang wiederholen. Die Polentalasagne mit den Salbeiblättern dekorieren und sofort servieren.

Cornelia Poletto am 23. Oktober 2009

Polettos Amalfi-Hähnchen

Für 4 Personen

| | | |
|--------------------------|------------------------|--------------------------|
| 1 Bauernhähnchen, 1,5 kg | 2 Knoblauchzehen, jung | 2 Zitronen, unbehandelt |
| 100 g Butter, weich | 3 Zweige Estragon | 1 Zweig Rosmarin |
| 1 Zweig Thymian | 1 Zweig Basilikum | 1 Bund Petersilie, glatt |
| 1 Zweig Liebstöckl | 1 Zweig Kerbel | 2 EL Oliven, grün |
| 500 ml Geflügelbrühe | Zitronensaft | Meersalz Zitrone |
| Pfeffer | | |

Den Backofen auf 200 Grad vorheizen.

Den Bauerngockel ausnehmen und waschen. Die Haut unter der Brust vorsichtig vom Hals aus vom Fleisch lösen. Den Bauerngockel von innen und außen kräftig mit Zitronen Meersalz und Pfeffer würzen. Knoblauch halbieren und zwei Zitronen in Spalten schneiden. Den Bauerngockel mit Knoblauch, Zitronenspalten und jeweils einem Zweig Estragon, Rosmarin und Thymian füllen. Für die Zitronenbutter die Blätter von zwei Estragonzweigen, dem Basilikum, dem Liebstöckl, dem Kerbel und der Petersilie abzupfen und fein schneiden. Die Kräuter mit gehackten Oliven, Butter, Geflügelbrühe und etwas Zitronensaft mischen. Mit Zitronen Meersalz abschmecken. Die Butter vorsichtig unter die Haut von Brust und Keulen schieben. Den Rest in die Haut einmassieren. Im vorgeheizten Ofen auf mittlerer Schiene auf einem Gitter mit Auffangwanne circa 30 bis 40 Minuten garen. Zwischendurch immer mit dem Bratfond nappieren. Sollte der Gockel nach 30 Minuten noch nicht kross sein, einfach ein paar Minuten auf voller Grillstufe nachbräunen. Den Bratensatz durch ein Spitzsieb in einen Topf passieren, gegebenenfalls noch etwas einkochen und mit Salz und Pfeffer nach schmecken. Den Bauerngockel tranchieren, den Bratenfond dazureichen und sofort servieren. Als Beilage passt ein einfacher grüner Salat mit Baguette oder auch ein Cous Cous Salat.

Tipp:

Anstelle von frischen Zitronen können für den Bauerngockel auf eingelegte Zitronen verwendet werden.

Cornelia Poletto am 11. Juli 2008

Poularde bella aurore

Für 4 Personen

Poularde:

| | | |
|----------------------------|----------------------|-----------------|
| 1 Poularde, ca. 1,5 kg | 50 g Butter | 1 Zweig Thymian |
| 0,5 Bund Petersilie, glatt | 1 Zehe Knoblauch | 1 Lorbeerblatt |
| 0,5 Stange Porree | 400 ml Weißburgunder | 1 Ei |
| 300 g Sahne | 0,5 Zitrone | 1 EL Butter |
| Salz | Pfeffer | |

Steinpilze:

| | | |
|--------------------------|-------------|------|
| 200 g Steinpilze, frisch | 50 g Butter | Salz |
| Pfeffer | | |

Poularde:

Die Poularde in acht Stücke teilen, kurz kalt abspülen und gut trocken tupfen. Das Fleisch mit Salz und Pfeffer würzen. Butter in einer Pfanne zerlassen und die Poulardenstücke darin andünsten. Das Fleisch soll nicht braun werden. Die Bruststücke herausnehmen und beiseite stellen. Thymian, Petersilie, Porree und Knoblauch in das Lorbeerblatt einwickeln und das Bouquet garni mit Küchengarb verschnüren. Zum restlichen Fleisch in die Pfanne geben und mit dem Wein angießen. Den Deckel auf den Topf legen und 20 Minuten leise köcheln lassen. Danach die Bruststücke zufügen und weitere 20 Minuten schmoren. Das Fleisch herausnehmen und in einer tiefen Schale warm stellen. Das Bouquet garni ebenfalls herausfischen. Den Saft der Zitrone auspressen. Eigelb und Sahne verrühren und mit in den Schmorsud geben. Die Soße soll jetzt nicht mehr kochen. Mit Zitronensaft, Salz und frischem Pfeffer abschmecken und noch einen Esslöffel Butter unterrühren.

Steinpilze:

Steinpilze säubern und in Scheiben schneiden. Butter in der Pfanne von beiden Seiten goldbraun anbraten. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Poularde und die Steinpilze mit der Soße nappieren.

Lea Linster am 13. November 2009

Prosecco-Trauben-Hähnchen im Kartoffel-Nest

Für 4 Personen

Prosecco-Trauben-Hähnchen:

| | | |
|-----------------------|---------------------------------|------------|
| 4 Hähnchenbrustfilets | 200 g Trauben, weiß und kernlos | 2 Zwiebeln |
| 125 ml Prosecco | 125 ml Hühnerfond | 1 EL Mehl |
| 60 g Butter | 2 EL Mandeln, gemahlen | 3 EL Sahne |
| 1 Zehe Knoblauch | Paprikapulver, edelsüß | Kurkuma |
| Salz | | |

Kartoffelnester:

| | | |
|--------------------------------|------|-----------|
| 300 g Kartoffeln, fest kochend | 1 Ei | 1 kg Fett |
| Mehl | Salz | Pfeffer |
| Petersilie | | |

Den Backofen auf 100 Grad vorheizen.

Prosecco-Trauben-Hähnchen:

Die Zwiebeln schälen und in feine Scheiben schneiden. In einer Pfanne bei mittlerer Hitze die Butter zerlassen und die Zwiebeln darin glasig dünsten. Die Hähnchenbrustfilets rundherum bemehlen und mit Salz würzen. Hähnchenbrustfilets zu den Zwiebeln in die Pfanne geben und circa zwei Minuten goldgelb braten. Mit Prosecco und Hühnerfond ablöschen und weitere zehn Minuten köcheln lassen. Die Hähnchenbrust aus der Pfanne nehmen und im vorgeheizten Backofen gar ziehen lassen. Weintrauben häuten, halbieren und zur Seite stellen. In einer Schüssel Kurkuma, gemahlene Mandeln, gehackte Knoblauchzehe, Paprikapulver und Sahne mischen. Zu den Zwiebeln in die Pfanne geben und unter ständigem Rühren zum Kochen bringen bis die Sahne etwas andickt. Friteuse mit einem Liter Fett vorheizen.

Kartoffelnester:

Kartoffeln schälen, waschen, grob raspeln und mit dem Ei, etwas Mehl, Salz und Pfeffer vermengen. In einem kleinen Metallsieb die Kartoffelmasse nestförmig ausstreichen und ein zweites Metallsieb zum fixieren darauf setzen und bei 170 Grad goldbraun frittieren. Die fertigen Kartoffelnester auf Küchenpapier abtropfen lassen und auf einem Teller anrichten. Die Hähnchenbrust aus dem Backofen nehmen, schräg in Scheiben schneiden, in die Nester legen und mit der Prosecco-Trauben-Soße beträufeln. Mit Petersilie garnieren und sofort servieren.

Johann Lafer / Schaten am 24. Oktober 2008

Riesling-Hähnchen

Für 4 Personen

| | | |
|----------------------------------|---------------------|----------------------------------|
| 1 frisches Hähnchen | 1 Bund Suppengemüse | 12 kleine frische Silberzwiebeln |
| 1 EL Butterschmalz | 300 ml Riesling | 2 Zweige Thymian |
| 100 ml Sahne | 150 g Champignons | 1 TL Mehlbutter |
| 1/2 TL abgerieben Zitronenschale | Salz, Pfeffer | 1/2 Bund glatte Petersilie |

Das Hähnchen innen und außen waschen, die Brüste auslösen, die Keulen und Flügel abtrennen. Suppengemüse putzen bzw. schälen und in grobe Würfel schneiden. Die Knochen mit den Flügeln und dem Suppengemüse in einen Topf geben, mit Wasser bedecken und ca. 1 Stunde auskochen. Dann durch ein Sieb passieren. Kleine Zwiebeln schälen und evtl. halbieren. In einem Topf mit 1 EL Butterschmalz die Geflügelteile mit den Zwiebeln rundum anbraten. Mit Wein und 200 ml vom zuvor gekochten Geflügelfond ablöschen. Thymian zufügen und ca. 10 Minuten kochen. Dann die Brüste aus dem Topf nehmen und die Keulen noch weitere 10 Minuten kochen. Dann die Keulen herausnehmen und das Fleisch vom Knochen lösen. Den Kochfond passieren und um die Hälfte einkochen, Sahne zugeben. Die Champignons vierteln, mit dem Fleisch in den Fond geben und nochmals kurz aufkochen. Den Fond mit Mehlbutter binden und mit abgeriebener Zitronenschale, Salz und Pfeffer würzen. Petersilie fein hacken und untermischen. Dazu passen gut dünne Bandnudeln.

Vincent Klink Mittwoch, 12. November

Roulade von Mais-Poularde, Garnelen, Melonen-Gemüse

Für 4 Personen

| | | |
|------------------------|---------------------------------|--------------------------|
| 4 Maispoulardenbrüste | 3 Tomaten | 2 Zweige Zitronenthymian |
| 1 Zitrone, unbehandelt | 8 Riesen-Garnelen, küchenfertig | 2 EL Butterschmalz |
| 1 Galia-Melone | 1 Cantaloup-Melone | 2 EL Puderzucker |
| 5 EL Olivenöl | 2 Schalotten | 2 Zehen Knoblauch |
| 0,5 Bund Basilikum | Salz | Pfeffer |

Den Backofen auf 120 Grad vorheizen. Die Maispoulardenbrüste von Haut und Sehnen befreien, eine tiefe Tasche hinein schneiden und mit je zwei Garnelen füllen. Einen Thymianzweig abzupfen und die Blätter hacken. Die Zitrone heiß abspülen, trocken tupfen, die Schale fein abreiben und das Fruchtfleisch auspressen. Die Poulardenbrüste mit Zitronenschale, dem gehackten Thymian und drei Esslöffeln Olivenöl marinieren. Das Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen, die Poulardenbrust darin von allen Seiten anbraten und einen Thymianzweig zugeben. Anschließend auf ein Gitter legen, mit Salz und Pfeffer würzen und im Backofen circa zehn bis zwanzig Minuten garen. Die Melonen halbieren, schälen, entkernen und grob würfeln. Mit Puderzucker und dem übrigen Olivenöl mischen. Eine Grillpfanne erhitzen und die Melonenwürfel darin anbraten. Die Schalotten und den Knoblauch abziehen, fein würfeln und zu den Melonen geben. Tomaten halbieren, entkernen und in Spalten schneiden, den Zitronensaft zugeben. Melonen mit Salz und Pfeffer würzen. Das Basilikum zupfen und zugeben. Die Maispoulardenbrüste in Scheiben schneiden und auf dem Melonengemüse anrichten.

Johann Lafer am 01. August 2009

Salzwiesen-Huhn auf gebratenen Champignons

Für 4 Personen

Salzwiesenhuhn:

| | | |
|-----------------------|--------------------------|-----------------------|
| 4 Hühnerbrüste, klein | 300 ml Vollmilch, frisch | 2 Zweige Thymian |
| 2 Zweige Rosmarin | 3 Schalotten | 40 g Butter, gesalzen |
| 1 Lorbeerblatt | 0,5 Zehe Knoblauch | Meersalz |
| Pfeffer, weiß | | |

Gebratene Champignons:

| | | |
|-------------------------|-----------------------|---------------------------|
| 300 g Wiesenchampignons | 2 Schalotten | 0,25 Bund Blattpetersilie |
| 30 ml Traubenkernöl | 40 g Butter, gesalzen | 10 Tropfen Zitronensaft |
| 1 Zehe Knoblauch | Meersalz | Pfeffer, weiß |

Wildkräuterspinat:

| | | |
|-------------------------|------------------------|---------------|
| 80 g Wiesenkräuter | 80 g Spinatsalat, jung | 30 g Butter |
| 1 Schalotte | Meersalz | Pfeffer, weiß |
| Muskat, frisch gerieben | | |

Leinölsoße:

| | | |
|---------------------|-----------------|----------------------|
| 500 ml Geflügelfond | 1 Zweig Thymian | 50 ml Leinöl, frisch |
| 25 ml Traubenkernöl | Meersalz | Pfeffer, weiß |

Salzwiesenhuhn:

Butter in einem Topf aufschäumen, die Schalotten in Scheiben schneiden und darin anschwitzen und schön glasig dünsten. Jetzt mit der Milch ablöschen und Thymian, Rosmarin, Lorbeerblatt, Knoblauch, Meersalz und Pfeffer dazugeben. Danach nicht mehr aufkochen lassen. Vorsichtig abschmecken und auf 85 Grad erhitzen. Jetzt die Hühnerbrüste in die Gewürzmilch legen und bei konstant 80 Grad 20 bis 25 Minuten ziehen lassen. Die Temperatur nicht erhöhen, sondern gegebenenfalls die Garzeit verlängern. Durch die niedrige Temperatur bleibt die Hühnerbrust sehr saftig und zart.

Gebratene Champignons:

Die Champignons putzen und in grobe Segmente schneiden. Das ist wichtig, damit diese von allen Seiten kurz angebraten werden können, ohne das sie anfangen zu wässern oder weich zu werden. Das Traubenkernöl erhitzen, die Wiesenchampignons dazugeben und sehr rasch von allen Seiten anbraten. Jetzt muss alles ganz schnell gehen. Die Butter in die Pfanne geben, aufschäumen lassen, dann die fein geschnittenen Schalotten und die geschälte Knoblauchzehe dazu – alles kurz schwenken – fein gehackte Blattpetersilie und Zitronensaft dazugeben, mit Meersalz und Pfeffer würzen und alles schnell aus der Pfanne nehmen. Knoblauchzehe wieder entfernen und die Wiesenchampignons schnell servieren.

Wildkräuterspinat:

Die Wiesenkräuter und den jungen Spinat in mundgerechte Stücke zupfen und von allen Stielen befreien. Kurz waschen und trocken schleudern. Butter in einer großen Pfanne aufschäumen lassen. Schalotte schneiden, dazugeben und kurz schwenken. Die Wiesenkräuter und den Spinat dazugeben, schnell mit Meersalz, Pfeffer und Muskat würzen und sofort aus der Pfanne nehmen. Die Wiesenkräuter und der Spinat sollen sich beim schwenken gut vermengen und maximal zehn Sekunden in der Pfanne bleiben.

Leinölsoße:

Geflügelfond in einem Topf auf etwa 150 Milliliter einreduzieren lassen. Thymianzweig, Leinöl, Traubenkernöl, Meersalz und Pfeffer dazugeben und eventuell kurz mit dem Mixstab aufmischen. Dabei aber den Thymianzweig entfernen. Eventuell noch abschmecken. Die gebratenen Wiesenchampignons auf einen vorgewärmten Teller legen. Die Hühnerbrust aus der Gewürzmilch nehmen, trocken tupfen, mit frischer Butter abpinseln, darauf dann den Kräuterspinat geben

und alles zusammen auf die Wiesenchampignons legen. Mit der Geflügelfond-Öl-Mischung umgießen.

Tipp:

Für dieses Gericht junge Hühner verwenden, die maximal sechs Monate alt sind und glücklicherweise auf den Marschwiesen der Insel freilaufend groß gezogen werden. Hinter den Salzwiesen sind Deiche, die bei Sturm ein Überfluten der Insel verhindern und an eigenen besonderen Stellen finden wir immer wieder diese sensationellen Wiesenchampignons – nicht viele – aber die wenigen haben es in sich. Man kann die leichte Marinade aus Traubenkernöl, etwas Obstessig, Meersalz sowie weißem Pfeffer einlegen und kalt als Salat oder Beilage essen.

Johannes King am 15. August 2008

Sandwich vom Sesam-Rösti mit Poularden-Brust

Für 2 Personen

| | | |
|----------------------|-----------------------|-------------------------------|
| 200 g Poulardenbrust | Salz, Pfeffer | ca.100 ml Erdnussöl |
| 300 g Kartoffeln | 1 Ei | 1 EL Weizengrieß |
| 30 g Sesam | Muskat | 1 grüner Apfel |
| 5 g Ingwer | 4 EL Crème-fraîche | 1 Msp. geriebener Meerrettich |
| ca. 30 g Butter | 1 EL weißer Balsamico | 1 Banane |
| 1 TL Curry | 1 Prise Zucker | 8 Basilikumblätter |

Den Backofen auf 180 Grad (Umluft 160 Grad, Gas Stufe 3) vorheizen. Die Poulardenbrust mit Salz und Pfeffer würzen, in einer Pfanne mit 1 EL Erdnussöl anbraten, ca. 3 Minuten im heißen Ofen garen und dann bei ca. 70 Grad im Ofen warm halten. Die Kartoffeln schälen, reiben und mit Ei, Grieß und Sesam gut vermengen. Die Röstmasse mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen, zu vier Puffern formen und in einer Pfanne mit Erdnussöl sehr knusprig ausbacken. Die fertigen Rösti mit einem Küchentuch warm halten. Den Apfel schälen, den Kern ausstechen und den Apfel in vier ca. 1,5 cm dicke Scheiben schneiden. Den Rest in feine Würfel schneiden. Den Ingwer schälen, reiben und mit Crème-fraîche, Meerrettich und den Apfelwürfeln vermengen. Die Apfelscheiben in einer Pfanne mit 2 EL Butter leicht anbraten, mit Balsamico ablöschen und herausnehmen. Balsamico reduzieren, abkühlen lassen und zur Crème-fraîche geben. Die Banane schälen, schräg in Scheiben schneiden, mit etwas Curry und Zucker bestreuen und die Scheiben in Butter leicht anbraten. Die Poulardenbrust schräg in ca. 0,5 cm dicke Scheiben schneiden. Jeweils ein Rösti auf einen Teller geben, darauf eine Apfelscheibe, Basilikumblätter, 1 EL Crème-fraîche, Poulardenscheiben und Bananen geben und mit dem zweiten Rösti bedecken.

Tipp: Wenn es mal schnell gehen soll, kann man anstatt dem Rösti auch einfach ein Sesambrötchen oder Bagel verwenden.

Jörg Sackmann Montag, 18. August

Scampi und Hähnchen auf Süßholz-Spieß mit Chili-Risotto

Für 2 Personen

| | | |
|-----------------------|---------------------------|--------------------------|
| 1 kleine Zwiebel | 125 g Risottoreis | 2 EL Olivenöl |
| 2 kleine Chilischoten | 100 ml trockener Weißwein | 250 ml Rinderbrühe |
| 20 g Parmesan | Salz, Pfeffer | 25 g Butter |
| 1 Paprika | 4 Scampi | 200 g Hähnchenbrustfilet |
| 2 Süßholzspieße | 1 EL Petersilie | 2 Zweige Petersilie |

Die Zwiebeln schälen, in feine Würfel schneiden und mit dem Reis in einem Topf mit Olivenöl anschwitzen bis der Reis glasig ist. Die Chilischoten entkernen, ganz fein hacken und dazugeben. Mit Weißwein und Brühe aufgießen und mit einem Holzlöffel unter ständigem Rühren circa 15 -18 Minuten köcheln lassen. Den Parmesan reiben und nach circa 15 Minuten unter das Risotto rühren. Die Petersilie waschen, fein hacken und dazugeben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und zum Schluss die Butter unterrühren. Paprika waschen, entkernen und in 3 – 5 cm große Vierecke schneiden. Die Scampi halbieren oder dritteln und die Hähnchenbrüste in gleich große Stücke schneiden. Das Süßholz, nicht raspeln, sondern mit einem scharfen Messer zuspitzen und Hähnchenfleisch, rote Paprika und Scampi abwechselnd aufstecken. Mit Salz und Pfeffer würzen und in einer Pfanne in Olivenöl braten. Die Spieße auf dem Risotto anrichten und mit Petersiliezweigen garnieren.

Tipp: Das Risotto sollte leicht flüssig sein. Wenn es zu dick wird, mehr Wein und/ oder Brühe zugeben.

Tipp: Der Reis sollte al dente bleiben und sofort serviert werden, wenn er fertig ist.

Tipp: Süßholz bekommt man gut im Gewürzladen.

Otto Koch Freitag, 30. Mai 2008

Scharfes Hähnchen-Curry

Für 2 Personen

| | | |
|----------------------------|--------------------------|---------------------------|
| 3 getrocknete Chilischoten | 2 Hähnchenbrüste a 150 g | Salz, Pfeffer |
| 1 Kokosnuss | 3 frische Chilischoten | 3 Knoblauchzehen |
| 100 g Schalotten | 20 g Zitronengras | 1 EL Erdnussöl |
| 1 Limette | 200 ml Joghurt | 1 Bund frischer Koriander |

Die getrockneten Chilischoten circa 30 Minuten in Wasser einweichen Die Hähnchenbrüste salzen und pfeffern. Die Kokosnuss aufbrechen, das Fleisch herausschneiden und mit der Reibe oder im Mixer zerkleinern. Einen Teil des Kokosfleisches auf die Hähnchenbrüste geben und kurz ziehen lassen. Das übrige Kokosfleisch mit Wasser einweichen. Die frischen Chilischoten von den Kernen befreien, die eingeweichten Chilischoten ausdrücken und beides klein hacken. Knoblauchzehen und Schalotten schälen, mit dem Zitronengras fein hacken und mit den Chilischoten im Mörser zu einer Paste mahlen. Wenn sie zu dick ist, etwas Wasser zugeben. Die Paste mit Erdnussöl im Wok anbraten, bis sich die Aromen entfalten, die Hähnchenbrüste in Stücke schneiden und ebenfalls in den Wok geben. Das eingeweichte Kokosfleisch durch ein Sieb passieren, die Kokosflüssigkeit in den Wok geben, das Fleisch fertig garen und mit Limettensaft abschmecken. Koriander fein hacken und den Joghurt mit Koriander und Salz verrühren. Das Hähnchencurry mit dem Joghurdip anrichten. Dazu passen gut Reis oder Brot.

Tipp: Wer die Kokoscreme nicht selber herstellen möchte, kann auch fertige Kokoscreme im Asialaden kaufen.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 19. Februar 2008

Spieß von Hähnchen-Brust und Garnelen

Für 2 Personen

| | | |
|----------------------|----------------------------------|-------------------------|
| 1 Blatt Gelatine | 10 g frischer Ingwer | 3 Limetten, unbehandelt |
| 1 Bund Schnittlauch | 100 g griechischer Natur-Joghurt | Salz |
| 4 EL Olivenöl | Pfeffer | 4 Garnelen |
| 1 Hähnchenbrustfilet | 1 Salatgurke | 1 Spritzer Sojasoße |
| 1/2 Bund Koriander | | |

Die Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Ingwer schälen und fein hacken. Von einer Limette etwas Schale abreiben. Anschließend von allen Limetten den Saft auspressen. Hälfte des Schnittlauchs fein schneiden. Die Gelatine ausdrücken und in einem Topf mit 1 EL Wasser auflösen. Dann die aufgelöste Gelatine unter den Joghurt mischen. Joghurt mit der Hälfte des Limettensaftes und Schnittlauch vermischen und mit einer Prise Salz abschmecken. Die Masse ca. 30 Minuten in den Tiefkühlschrank geben. Für die Marinade die Hälfte des Limettensaftes mit 4 EL Olivenöl verrühren, Ingwer, Limettenschale, eine Prise Salz und etwas grob gemahlener Pfeffer untermischen. Garnelen schälen und die Därme entfernen. Hähnchenbrust in ca. 4 cm große Würfel schneiden. Fleisch und Garnelen abwechselnd auf 2 Spieße stecken, mit der Hälfte der Marinade begießen und ca. 15 Minuten ziehen lassen. Gurke waschen, evtl. schälen und in kleine Würfel schneiden. Mit der restlichen Marinade anmachen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Spieße in einer Grillpfanne von allen Seiten braten, mit Sojasoße ablöschen. (Wenn die Spieße auf dem Grill gebraten werden, etwas Sojasoße mit dem Pinsel auf das Fleisch streichen). Koriander und restlichen Schnittlauch fein schneiden. Die Spieße mit dem Gurkensalat und dem geistigen Joghurt anrichten, mit Koriander und Schnittlauch bestreuen.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 09. Juni 2009

Teriyaki von der Hähnchen-Brust mit Avocado-Creme

Für 2 Personen

| | | |
|--------------------|--------------------|-------------------------|
| 2 Hähnchenbrüste | 250 g Mie-Nudeln | 3 Avocados, reif |
| 2 EL Chilipaste | 1 EL Crème-fraîche | 2 Zitronen, unbehandelt |
| 1 Paprika, rot | 50 g Shiitakepilze | 200 g Kaiserschoten |
| 0,5 Bund Koriander | 75 ml Geflügelfond | 50 ml Sojasoße |
| 50 ml Mirin | 30 g Zucker | 2 TL Speisestärke |
| Öl | Salz | Pfeffer, schwarz |

Die Sojasoße zusammen mit Mirin, Zucker und Geflügelfond aufkochen und fünf Minuten köcheln lassen. Mit Speisestärke abbinden. Die Mie-Nudeln mit kochendem Salzwasser übergießen und vier Minuten ziehen lassen. Die Avocados halbieren, den Kern entfernen und das Fruchtfleisch herauslösen. Anschließend durch ein Sieb drücken und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Zitronen halbieren und pressen. Die Avocado mit der Crème-fraîche vermischen und mit der Chilipaste und dem Zitronensaft abschmecken. Die Hähnchenbrüste salzen, pfeffern und in einer Pfanne mit Öl anbraten. Die Hähnchenbrüste mit der Teriyaki-Soße ablöschen und wenden. Die Paprika längs halbieren, entkernen, die Scheidewänden entfernen und das Fruchtfleisch in feine Rauten schneiden. Die Kaiserschoten und die Shiitakepilze halbieren und in Öl anbraten. Nach drei Minuten die Nudeln dazugeben und das Ganze mit Salz und Pfeffer abschmecken. Etwas vom Koriander zupfen und dazu geben. Das Ganze leicht mit Teriyaki-Soße glacieren. Die Hühnerbrüste zusammen mit der Avocadocreme und dem Gemüse anrichten.

NN am 11. September 2009

Thailändischer Enten-Salat

Für 2 Personen

| | | |
|-------------------------------|--------------------------|---------------------|
| 1 Entenbrust mit Haut a 300 g | 1 EL Pflanzenöl | Salz, Pfeffer |
| 2 Schalotten | 2 Knoblauchzehen | 5 g Ingwer |
| 1/2 Bund frischer Koriander | 1 Kaffirlimettenblatt | 2 Frühlingszwiebeln |
| 2 TL Basmatireis | 2 EL thail. Fischsoße | Zitronensaft |
| Chilipulver | 4 große Kopfsalatblätter | |

Die Entenbrust in feine Würfel schneiden und in einer Pfanne mit 1 EL Öl knusprig braten und durchziehen lassen. Mit etwas Salz und Pfeffer würzen. Schalotten, Knoblauch und Ingwer schälen und fein schneiden. Koriander fein hacken. Die Kaffirlimettenblatt in feine Streifen, die Frühlingszwiebeln in feine Ringe schneiden. Den rohen Reis in einer heißen Pfanne trocken rösten, bis er goldbraun ist, anschließend im Mörser leicht zerstoßen. Dann alles zusammen mischen und mit Fischsoße, Zitronensaft und Chilipulver abschmecken. Den Salat auf Kopfsalatblättern anrichten und servieren.

Otto Koch Freitag, 07. August 2009

Zitronen-Hähnchen

Für 4 Personen

| | | |
|--------------------------|--------------------------|---------------------|
| 2 Zitronen, unbehandelt | 1 Zwiebel | 1 frisches Hähnchen |
| Salz | 4 EL Butterschmalz | 650 ml Hühnerbrühe |
| 2 Stiele Zitronenmelisse | 1 Bund Frühlingszwiebeln | 1/2 Bund Salbei |
| 200 g Polentagrieß | Pfeffer | |

Den Backofen auf 180 Grad (Umluft 160 Grad, Gas Stufe 3) vorheizen. Von einer Zitrone den Saft auspressen. Zwiebel schälen und in feine Ringe schneiden. Vom Hähnchen die Brüste und Keulen auslösen. Die beiden Keulen noch einmal am Gelenk trennen, sodass insgesamt 4 Stücke entstehen. Dann die Keulenteile salzen und in einem Schmortopf mit 2 EL Butterschmalz anbraten. Mit Zitronensaft ablöschen. Zwiebelringe zugeben, 150 ml Hühnerbrühe angießen und die Keulen ca. 20 Minuten zugedeckt schmoren. Eine Zitrone heiß abwaschen, abtrocknen und in dünne Scheiben schneiden. Von den Hähnchenbrüsten die Haut vorsichtig hochziehen und darunter Blättchen der Zitronenmelisse und einige Zitronenscheiben schieben. In einer Pfanne mit 1,5 EL Butterschmalz die Filets von allen Seiten anbraten und dann im Backofen mit der Hautseite nach oben noch ca. 7 Minuten durchgaren. In der Zwischenzeit Frühlingszwiebeln waschen und putzen und fein schneiden. Salbei abspülen, trocken schütteln und fein hacken. In einem Topf mit 1 TL Butterschmalz das weiße der Frühlingszwiebeln und Salbei anschwitzen, ca. 500 ml Hühnerbrühe angießen und diese aufkochen lassen. Dann langsam den Polentagrieß unter Rühren zugeben und ca. 10 Minuten köcheln lassen. Die Keulen aus dem Schmorsud nehmen, das Fleisch warm stellen. Die Soße pürieren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Unter die Polenta das Grün der Frühlingszwiebeln mischen und ebenfalls abschmecken. Hähnchenbrust in Tranchen aufschneiden, mit den Keulen anrichten, die Soße angießen und der Polenta servieren.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 11. August 2009

Zitronen-Schnitzel vom Huhn, Spargel, holländischer Soße

Für 2 Personen

| | | |
|---------------------------------|-------------------------|----------------------|
| 2 Hühnerbrustfilets a ca. 180 g | 2 Zitronen, unbehandelt | 4 Scheiben Toastbrot |
| grober schwarzer Pfeffer | Salz | Mehl |
| 3 Eier | 280 g Butter | Zucker |
| 500 g Spargel | 3 EL Weißwein | |

Die Hühnerbrust waschen und trocken tupfen. Die Zitronenschale abreiben, den Abrieb aufbewahren, eine Zitrone bis zum Fruchtfleisch runterschälen und dieses in Scheiben schneiden. In die Hühnerbrüste seitlich eine Tasche schneiden, die Zitronenscheiben hineingeben und die Kante aufeinander drücken. Das Toastbrot reiben und mit dem Zitronenabrieb und frisch gemahlene Pfeffer mischen. Das Huhn salzen, erst durch Mehl und dann durch Eiweiß ziehen und mit den Zitronenbröseln panieren. Die Schnitzel in ca. 20 g Butter von allen Seiten goldbraun anbraten und dann 5 – 8 Minuten bei ca. 180 Grad im Ofen fertig garen. In einem Topf Wasser, 1/2 TL Salz, 1/2 TL Zucker, 10 g Butter und 1 EL Zitronensaft zum Kochen bringen. Den Spargel schälen, die Spargelenden abschneiden, den Spargel ins Wasser geben und ca. 12 - 15 Minuten kochen. Für die Soße Hollandaise 250 g Butter erhitzen und klären (Schaum abschöpfen und Bodensatz entfernen). In einem kleinen Topf oder Schlagkessel Eigelb mit Weißwein im Wasserbad aufschlagen. Darauf achten, dass das Eigelb nicht gerinnt. Den Topf aus dem Wasserbad nehmen und die geklärte Butter (die ungefähr die gleiche Temperatur, wie die Eimasse haben sollte) tröpfchenweise unter die Eigelbmasse rühren. Die Soße Hollandaise mit Pfeffer, Salz und Zitronensaft abschmecken und zum Spargel servieren.

Tipp: Soße Hollandaise ist eine Grundsoße, die sich vielfältig variieren lässt. So kann man noch etwas geschlagene Sahne unterheben oder sie mit Kerbel, Estragon und Kalbsfond verfeinern. Eine weitere Variante ist Tomatenmark und Tomatenwürfel unterzumischen.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 06. Mai 2008

Index

- Artischocke, 16, 51
Aubergine, 2, 26
Avocado, 22, 60
- Blumenkohl, 35
Bohnen, 2
Brokkoli, 9, 27, 35
- Couscous, 6
- Ente, 17, 20
Enten-Brust, 1, 7–14, 16, 19–21, 28, 29, 40, 49, 61
Enten-Keule, 3, 7, 46
Erbsen, 35
- Frikassee, 5, 33, 34
- Gans, 3, 4, 14, 18, 19, 51, 52
Geschnetzeltes, 27, 35, 45
Gurke, 2, 11, 30, 31, 60
- Hähnchen, 30, 53, 56, 61
Hähnchen-Brust, 2, 6, 14, 15, 22, 24, 26, 31, 32, 34–37, 41, 43–45, 50, 51, 55, 59, 60
Hähnchen-Curry, 26, 32, 59
Hähnchen-Schenkel, 2, 39
Hähnchen-Schnitzel, 14
Hähnchen-Spieß, 6
Hühnchen, 1, 38, 50
Hühner-Brust, 1, 6–11, 13, 14, 16, 18–21, 29, 31, 38–43, 49, 50, 56, 57, 59, 60, 62
Huhn, 3, 7, 19, 46, 57
- Kürbis, 20, 34, 44, 48
Knödel, 13
Kohlrabi, 24
- Lasagne, 52
Lauch, 2, 11, 34, 35, 37, 44, 51, 52
Linsen, 22
- Möhren, 1, 3, 9, 11, 18, 19, 26, 35, 39, 44, 46
Maronen, 17, 34, 40, 51
- Nudeln, 1, 41, 46, 60
- Pak-Choi, 1
Paprika, 26, 32, 41, 45, 59, 60
Pastinaken, 34
Perlhuhn, 52
Perlhuhn-Brust, 23, 47, 48
Pilze, 1, 2, 11, 20, 27, 30, 31, 33–36, 41, 52, 54, 56, 57, 60
Polenta, 45, 52, 61
Porree, 54
Poularde, 54
Poularden-Brust, 25, 27, 42, 43, 56, 58
- Rösti, 58
Radicchio, 28
Reis, 5, 23, 26, 34, 36, 37, 39, 42, 50, 59, 61
Rettich, 58
Rosenkohl, 29
Rote-Bete, 51
Rotkraut, 13, 14, 18
- Sauerkraut, 47
Schoten, 1, 10, 41, 59, 60
Sellerie, 1, 17, 18, 33, 37, 44, 46
Spargel, 49, 52, 62
Spinat, 4, 8, 38, 57
Spitzkohl, 26, 35
Stubenküken, 4
- Wirsing, 3, 4, 19, 21
- Zucchini, 15, 19, 39