

Hähnchen-Brust im Parmesan-Mantel, Pak-Choi-Risotto

Für zwei Personen

Für den Parmesanmantel:

200 g würziger Parmesan	100 g Pinienkerne	250 ml Sauerrahm
3 EL Semmelbrösel	50 g Butter	Salz
schwarzer Pfeffer		

Für das Risotto:

250 g Risottoreis	200 g Parmesan	2 Pak-Choi
10 ml Trüffelöl	2 Schalotten	1 Bund glatte Petersilie
200 ml trockener Weißwein	150 ml Gemüsefond	Salz
Pfeffer		

Für das Hähnchen:

2 Hähnchenbrustfilets à 150 g	50 ml trockener Weißwein	50 ml Gemüsefond
Salz	schwarzer Pfeffer	

Für die Trüffelcreme:

20 ml Trüffelöl	3 EL trockener Martini	1 EL Sushi-Essig
40 ml Olivenöl	1 EL Zucker	250 ml Sahne
Salz	Pfeffer	

Den Backofen auf 130 Grad Ober- und Unterhitze vorbereiten.

Den Risottoreis in einem Topf mit leicht gesalzenem Wasser gar kochen.

Das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen.

Das Hähnchenfleisch waschen, trocken tupfen und in der Pfanne von beiden Seiten anbraten und mit Salz und Pfeffer würzen.

Das Hähnchenfleisch aus der Pfanne nehmen und in eine feuerfeste Form legen. Den Weißwein, zwei Esslöffel vom Gemüsefond, das Salz, den Pfeffer und den Zucker zu den Filets hinzufügen. Die Form in den Backofen geben und langsam garen lassen.

Währenddessen die Schalotten schälen und klein hacken. Den Pak Choi waschen und klein schneiden. Die Petersilie waschen, trocken tupfen, dann die Blätter abzupfen und klein hacken. Die Butter in einer Pfanne zerlassen, die Schalotten darin anbraten. Den Pak Choi kurz mitbraten und anschließend mit der Petersilie pürieren und passieren. Den Risottoreis zusammen mit dem pürierten Pak Choi wieder in die Pfanne geben, mit Salz und Pfeffer würzen und langsam mit dem Gemüsefond ablöschen. Dann das Trüffelöl hinzugeben. Unter Rühren den Weißwein dazugeben. Hat das Risotto eine cremige Konsistenz erreicht, den Parmesan darüber reiben und die Butter unterheben.

Die Filets aus dem Backofen entnehmen und den Backofen auf 180 Grad Oberhitze einstellen. Den Parmesan in eine Rührschüssel reiben. Die Semmelbrösel, den Sauerrahm und die Pinienkerne, sowie Salz, Pfeffer und Butter dazugeben und zu einer Masse verrühren. Die Hähnchenfilets damit bestreichen und im Backofen knusprig braten.

Das Trüffelöl mit Salz und Pfeffer abschmecken und Olivenöl dazugeben. Die Mischung verquirlen und den Sushi-Essig dazugeben. Den Zucker und die Sahne unter Rühren hinzufügen und mit dem Martini abschmecken.

Die Hähnchenbrustfilets zusammen mit dem Pak-Choi-Risotto auf Tellern anrichten, die Trüffelcreme daneben setzen und servieren.

Karen Fritzenschaft am 25. März 2010