

Puten-Brust im Bacon-Mantel mit Basmati-Reis und Möhren

Für zwei Personen

2 Putenbrustfilets	8 Scheiben Bacon	200 g Basmatireis
6 Möhre	1 Zwiebel	1 Knoblauchzehe
100 g Kräuterfrischkäse	Butter	200 ml Gemüsefond
Balsamicoessig, Olivenöl	schwarzer Pfeffer, Salz	

Den Backofen auf 150 Grad Umluft vorheizen. Die Zwiebel und den Knoblauch abziehen und fein würfeln. Eine Möhre von den Enden befreien, schälen und ebenfalls fein würfeln. Eine Pfanne mit etwas Olivenöl erhitzen und die Zwiebel, den Knoblauch und die Möhre darin anbraten. Anschließend den Frischkäse hinzugeben und alles verrühren, bis eine homogene Masse entsteht. Alles in eine Schüssel geben, mit Salz, Pfeffer und Balsamicoessig abschmecken. Einen Topf mit Salzwasser zum Kochen bringen und den Basmatireis darin bissfest kochen. Die Putenbrüste waschen, trocken tupfen und jeweils eine Tasche hinein schneiden. Die Taschen mit der Masse füllen und zuklappen. Anschließend mit dem Bacon umwickeln. Eine Pfanne mit Olivenöl erhitzen und die gefüllte Putenbrust kurz von beiden Seiten anbraten, so dass der Bacon schön knusprig wird. Anschließend das Fleisch für circa 15 Minuten in den Ofen geben. Die restliche Masse mit dem Gemüsefond in einer Pfanne erhitzen und glatt rühren. Die restlichen Möhren von den Enden befreien, schälen und klein schneiden. Einen Topf mit etwas Wasser aufsetzen und die Möhren darin gar kochen. Anschließend in eine Pfanne mit etwas Butter geben und salzen. Die gefüllte Putenbrust im Bacon-Mantel mit Basmatireis und den Möhren auf Tellern anrichten, mit der Soße garnieren und servieren.

Marco Klock am 18. Juni 2012