

Fasanen-Brust, Zucchini-Pommes, Wasabi-Avocado-Creme

Für zwei Personen

Für das Geflügel:

3 Fasanenbrüste mit Haut à 160 g	1 rote Chili	3 EL Butterschmalz
1 Lorbeerblatt	1 TL Wacholderbeeren	50 g Butter
50 ml Olivenöl	Salz	Pfeffer

Für die Sauce:

80 g Brombeeren	1 rote Chili	50 ml Sahne
100 ml trockener Rotwein	40 ml Rhabarberessig	1 Vanilleschote
4 Zweige Minze	1 TL Zucker	

Für die Pommes:

1 Zucchini	$\frac{1}{2}$ Peperoni	$\frac{1}{2}$ Knoblauchzehe
1 Ei	50 g Parmesan	80 g Cashewkerne
70 g Maisgrieß	$\frac{1}{2}$ Bund glatte Petersilie	

Für die Tüte:

200 g Parmesan

Für die Creme:

1 Avocado	$\frac{1}{2}$ EL Wasabi-Paste	3 EL weißer Balsamico
1 EL Zucker	2 EL Chilisauc	1 Prise feines Salz

Den Ofen auf 140 Grad Umluft vorheizen. Eine Fritteuse auf 180 Grad vorheizen.

Für das Geflügel Fasanenbrüste waschen, trockentupfen und in einer Pfanne mit Butter und Olivenöl circa fünf Minuten kross anbraten. Fleisch aus der Pfanne nehmen und mit der Hautseite nach oben im Ofen vier Minuten garen.

Für die Sauce Chilis längs halbieren, entkernen und mit den Brombeeren grob hacken. Bratensatz in der Pfanne mit Rotwein ablöschen, Brombeeren und Chili dazugeben. Sauce reduzieren lassen, mit Zucker abschmecken und ziehen lassen. Mit Sahne aufmontieren. Vanilleschote längs halbieren und das Mark mit dem Messerrücken herauskratzen. Minze abbrausen, trockenwedeln und feinhacken. Mit Rhabarberessig und Minze abschmecken.

Für die Pommes die Zucchini in sechs Mal sechs Millimeter große Stifte schneiden. Parmesan fein hobeln und Cashewkerne fein hacken. Peperoni entkernen und mit abgezogenem Knoblauch fein würfeln. Petersilie abbrausen, trockenwedeln und fein wiegen. Maisgrieß mit Parmesan, Cashewkernen, Peperoni, Knoblauch und Petersilie in eine Schüssel geben. Ei trennen und das Eiweiß schaumig aufschlagen. Zucchini in Ei und Panade locker wenden. Sticks im heißen Öl goldgelb frittieren. Einige Petersilienblätter für wenige Sekunden im heißen Öl frittieren.

Für die Creme Avocado halbieren, den Kern entfernen und das Fruchtfleisch ausschneiden. Avocado fein würfeln, mit Wasabi, Balsamico, Zucker, Chilisauc und Salz vermischen und cremig rühren.

Für die Pommestüte den Parmesan in Form eines dreiviertel Kreises im Ofen circa sechs Minuten schmelzen lassen. Das „Bauteil“ herausnehmen, zügig zu einer Tüte drehen und abkühlen lassen. Pommes darin anrichten.

Fleisch aus dem Ofen nehmen und kräftig salzen und pfeffern.

Die Fasanenbrust mit Zucchini-Pommes, Wasabi-Avocado-Creme und Brombeer-Chili-Sauce auf Tellern anrichten und servieren.

Michael Fucker am 20. Juli 2016