

Maishähnchen-Brust, Portwein-Soße, Tomaten-Gemüse

Für zwei Personen

Für die Füllung:

100 g Maishähnchenbrust	100 ml Sahne	10 g Petersilie
10 g Basilikum	Chili, Salz	Pfeffer, Crushed Ice

Für das Fleisch:

2 Maishähnchenbrust	1 Knoblauchzehe	1 EL Butter
2 Zweige Thymian	2 Zweige Rosmarin	Öl, Salz, Pfeffer

Für die Sauce:

1 Schalotte	30 g Butter	50 ml Sahne
100 ml Weißwein	weißer Portwein	350 ml Geflügelfond
30 g Speisestärke	Salz	Pfeffer

Für das Gemüse:

400 g bunter Mangold	1 Ochsenherztomate	1 Schalotte
1 Knoblauchzehe	1 EL Butter	100 ml Gemüsefond
2-3 EL Pinienkerne	Muskatnuss	Olivenöl
Salz	Pfeffer	

Für die Polenta:

125 g Polenta	20 g Parmesan
20 g Butter	500 ml Hühnerfond

Für die Füllung: Den Backofen auf 170 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Hähnchenbrust in feine Würfel schneiden, mit Chili, Salz und Pfeffer würzen und kühl stellen. Das Fleisch mit dem Basilikum, der Petersilie und etwas Crushed Ice in einen Mixer geben. Kurz durchmischen und nach und nach die Sahne dazugeben. Die Farce nochmals mit Salz und Pfeffer abschmecken und in einen Spritzbeutel füllen.

Für das Fleisch: Hähnchenbrust der Länge nach aufschneiden bzw. eine Tasche hineinschneiden. Dann mit der Farce füllen. Fleisch rundum mit Salz und Pfeffer würzen. Die gefüllte Hähnchenbrust auf der Hautseite in einer Pfanne mit etwas Öl anbraten. Dann Butter, Knoblauch und Kräuter zugeben und Fleisch mit der flüssigen, aromatisierten Butter überglänzen.

Dann im Ofen gar ziehen lassen. Pfanne für die Sauce aufgestellt lassen.

Für die Sauce: Schalotte abziehen und fein würfeln. Butter und Schalotte zum Röstansatz geben und anschwitzen. Mit dem Weißwein ablöschen und um die Hälfte reduzieren. Mit Fond auffüllen und aufkochen. Sud passieren und so weit reduzieren, bis ein kräftiger Geflügelgeschmack erreicht ist. Sud leicht mit Speisestärke abbinden. Anschließend Sahne dazugeben und die Butter einmontieren. Nach Belieben mit Salz, Pfeffer und Portwein abschmecken.

Für das Gemüse: Mangold putzen, den Stielansatz abschneiden. Stiele in ca. 0,5 cm breite Streifen und die Blätter in ca. 1 cm breite Streifen schneiden. Schalotte und Knoblauch abziehen und fein würfeln. Butter und 1 EL Olivenöl erhitzen. Mangoldstiele, Schalotten und Knoblauch darin andünsten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Fond angießen, aufkochen und zugedeckt 5 Minuten garen. Mangoldblätter zugeben und 1 Minute zusammenfallen lassen. Eventuell nachwürzen. Ochsenherztomate würfeln, mit Olivenöl und Salz würzen und am Ende zum Mangold geben. Pinienkerne ohne Öl in Pfanne anrösten und dazugeben.

Für die Polenta: Fond aufkochen und die Polenta unter Rühren einrieseln lassen und wieder aufkochen. 10-15 Minuten bei schwacher Hitze quellen lassen, dabei ab und zu umrühren. Parmesan fein reiben. Käse und Butter unterrühren.

Alexander Waesch am 13. Juni 2024