

Frisch gekocht
Mittwoch, 16. März 2016



Rezept von Lisl Wagner-Bacher

Hühnerpraline auf Gemüse-Couscous

1 Stunde/aufwendig



Zutaten für 4 Personen

8 Hühnerkeulen, etwas Wurzelgemüse (Lauch, Sellerie, Karotten), Butterschmalz, etwas Hühnerfond, 3 getrocknete Marillen (eingeweicht), 2 EL Béchamelsauce, Salz, Kaveri-Pfeffer, Kataifi-Teig, Fett zum Frittieren.

Für den Gemüse-Couscous: 120 g Couscous, 225 ml Hühnerfond, 8 EL gekochte Gemüsewürfel (Sellerie, Karotte, Pastinake), 20 g Korinthen, 30 g Mandeln, Ras el-Hanout.

Für die Currysauce: 1/2 l Geflügelfond, 1/8 l ungesüßte Kokosmilch, 1 EL mildes Currypulver, 1 TL scharfes Currypulver, 1 EL Marillenmarmelade, 1 EL Schmorgemüse (vom Schmoren der Hühnerkeulen), Schuss Obers.

Außerdem: 4 Pak Choi, Salz, Butter.

Zubereitung

Die Hühnerkeulen in einem Topf in Butterschmalz anbraten, mit etwas Wurzelgemüse, Salz und Pfeffer sehr weich schmoren. Das Hühnerfleisch vom Knochen lösen. Etwas vom Wurzelgemüse und das Fleisch fein schneiden. Die eingeweichten Dörrmarillen klein schneiden und zum Fleisch geben. Mit 2 EL fester Béchamelsauce vermischen, mit Salz und Pfeffer würzen. Aus der Masse kleine Bällchen formen. Die Bällchen kühl stellen und ganz fest werden lassen. Die Bällchen mit Kataifi-Teig umhüllen (darin wälzen) und antrocknen lassen. In reichlich heißem Fett frittieren.

Den Couscous mit heißem Hühnerfond übergießen und zugedeckt ziehen lassen. Dann mit den gekochten Gemüsewürfel, Mandeln und Korinthen vermischen, mit Ras el-Hanout abschmecken.

Die Pak Choi-Stücke kurz in Salzwasser kochen, dann in Eiswasser abschrecken und vor dem Servieren in Butter schwenken.

Für die Currysauce alle Zutaten aufkochen und mixen.

Auf Tellern die Hühnerpralinen auf dem Gemüse-Couscous mit dem Pak Choi anrichten, die Currysauce angießen.

