

Schmeckt perfekt



Rezept von Hannes Müller

Biohendlbrust, Saubohne, Erbse, Dost

1 Stunde (ohne Stehzeit) / aufwendig



Zutaten für 4 Personen

4 Hühnerbrüste, 2 Zwiebeln, 500 ml Weißwein, 1 Handvoll Basilikum, 1 Handvoll Dost, Olivenöl, Salz, Pfeffer.

Für den Hühnerjus: 2 Hühnerkarkassen, 2 Zwiebeln, 2 Stangen Staudensellerie, 10 Kirschtomaten, 1 EL Tomatenmark, 200 ml Weißwein, 200 ml Madeira, 500 ml Hühnerfond, 1 Lorbeerblatt, 8 Pfefferkörner, 8 Koriandersamen, 2 Zweige Basilikum, 2 Zweige Dost (oder Oregano), Maisstärke (mit Wasser glatt gerührt).

Für die Saubohnen: 8 Saubohnenschoten, Salz, Verjus, 1 EL braune Butter, etw. Gemüsefond.

Für die Erbsencreme: 500 g Erbsen, Salz, ca. 100 ml Obers, Pfeffer, Muskatnuss, 1 Handvoll Dost (fein geschnitten).

Zum Anrichten: Bröseltopfen, Dost-Blüten.

Zubereitung

Für das Hendl die Zwiebeln schälen und in Streifen schneiden. In Olivenöl leicht, ohne Farbe, anschwitzen und mit Weißwein auffüllen. Den Sud kalt stellen. Die Hühnerbrüste mit den Kräutern in den kalten Sud legen und 12 Stunden marinieren lassen.

Danach die Hühnerbrüste herausnehmen, trocken tupfen, mit Salz und Pfeffer würzen und in einer Pfanne mit Öl scharf anbraten. Für ca. 10-12 Minuten im Rohr bei 100 °C Umluft auf 65 °C Kerntemperatur bringen.

Für den Hühnerjus die Hühnerkarkassen klein hacken und im Rohr bei 180 °C kräftig anbraten. Währenddessen Zwiebeln, Sellerie und Kirschtomaten klein schneiden und in einem Topf mit Olivenöl dunkelbraun rösten. Hühnerkarkassen und Tomatenmark zugeben und kurz mitrösten und anschließend mit Weißwein und Madeira ablöschen und mit Hühnerfond auffüllen. Gewürze zugeben und langsam köchelnd zur Hälfte einkochen und abseihen. Sauce in einem Topf nochmals kurz erhitzen und mit Maisstärke eindicken. Zum Schluss Basilikum und Dost dazugeben und kurz ziehen lassen.

Die Erbsen in Salzwasser weichkochen und mit Salz, Obers, Pfeffer, Muskatnuss zu einer feinen Creme mixen.

Von den Saubohnenschoten die Enden abschneiden und im Ganzen in Salzwasser bissfest kochen, dann mit Eiswasser abschrecken. Einige Schoten öffnen, die Bohnen herausnehmen und die Häute entfernen. Dann die Bohnen und Schoten in Gemüsefond, Verjus, brauner Butter und Salz schwenken.

Die Erbsencreme in einen Spritzsack geben und die Schoten damit füllen. Die gefüllte Saubohnenschote auf einem Teller anrichten, die Hendlbrust darauf platzieren und Sauce darüber gießen. Anschließend mit etwas Erbsencreme, Bohnen, Bröseltopfen und Dost-Blüten garnieren.