

Schmeckt perfekt



Rezept von Lisl Wagner-Bacher

Fasanenbrust mit Mais

2 Stunden 30 Minuten/aufwendig



Zutaten für 4 Personen:

2 Fasanhennen à 600-800 g (küchenfertig vorbereitet), Salz, Pfeffer, Butterschmalz, etwas Selchspeck zum Mitbraten, 4 Scheiben leicht geräucherten Bauchspeck.

Für die Sauce: Fasankarkassen und Fasankeulen, Butterschmalz, 200 g Mirepoix (Gemüsewürfel), 80 g Selchspeck, 1 EL Tomatenmark, Thymian, Wacholder, schwarzer Pfeffer, 1,5 Liter Geflügelfond, 100 g Sauerrahm, 30 g glattes Mehl.

Für das Maisgemüse: 6 Kolben Mini-Mais, 1 großer Kolben Mais, 30 g Butter.

Für die Kohlsprossen: 50 g Kohlsprossen, Salz, Butter.

Für die Polenta: 500 ml Milch, Salz, Muskat, Thymian, Rosmarin, 100 g Polenta, Schuss Obers, 1 Msp. Kurkuma.

Zubereitung

Aus den beiden Fasanen die Brust auslösen. Butterschmalz erhitzen, das Fleisch mit Salz würzen und mit der Hautseite anbraten. Etwas Bauchspeck für den Geschmack mit in die Pfanne geben. Das Fleisch wenden und gar ziehen lassen.

Für die Sauce Karkassen und Keulen klein hacken und in Butterschmalz anbraten, Speck dazugeben und kurz mitbraten. Wurzelgemüse, Thymian, Wacholderbeeren und Pfeffer dazu geben. Tomatenmark zugeben und kurz mitrösten, dann mit Geflügelfond aufgießen und eine halbe Stunde köcheln lassen.

Sauerrahm und Mehl glattrühren. Wenn der Fond einreduziert ist, durch ein Sieb passieren und mit der Rahm-Mehl-Mischung binden. Mit dem Stabmixer glattmixen und die Sauce mit Salz und gemahlenem schwarzen Pfeffer abschmecken.

Den großen Maiskolben in Salzwasser weichkochen, danach die Maiskörner der Länge nach vom Kolben schneiden. Den Mini-Mais, ebenfalls in Salzwasser weichkochen und in Eiswasser kurz abschrecken. Anschließend der Länge nach halbieren. Butter in einer Pfanne erhitzen und den Mais darin anbraten.

Für die Polenta Milch mit Thymian und Rosmarin aufkochen, mit Salz und Muskatnuss würzen. Polenta einrühren und weichkochen. Die Kräuter entfernen und mit Kurkuma und einem Schuss Obers verfeinern.

Die Blätter der Kohlsprossen ablösen und in Salzwasser blanchieren, danach in Eiswasser abschrecken. Kurz mit dem Mais erwärmen und mit etwas Butter verfeinern.

Kurz vor dem Anrichten die Bauchspeckscheiben in einer Pfanne knusprig braten. Die Fasanenbrüste der Länge nach aufschneiden, mit der Sauce, Polenta und dem Gemüse anrichten.