

# Hähnchen-Brust mit Polenta-Grammeln und Wildspargel

## Für zwei Personen

2 Hähnchenbrüste à 150 g	150 g Schinkenspeck	50 g Instantpolenta
3 EL Pilzpulver	150 g Wildspargel	1 kleine Zwiebel
1 Zitrone	250 ml Gemüsefond	125 ml Milch
125 ml Sahne	175 ml Riesling	1 Zweig Thymian
$\frac{1}{2}$ Bund glatte Petersilie	1 Zweig Salbei	getrocknete Kornblumen
Butter, Olivenöl	Kerbel, Kräutersalz	Salz, Pfeffer

Den Backofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Für die Polenta-Grammeln die Zwiebel abziehen, kleinhacken und in Butter anschwitzen. Das Pilzpulver dazugeben und schwenken. Den Gemüsefond mit der Milch mischen und mit ein wenig Fond die Zwiebeln und die Pilze ablöschen. Anschließend die Polenta einrühren, mit dem restlichen Fond aufgießen und unter ständigem Rühren einkochen, bis eine zähe Masse entsteht. Die Hitze reduzieren und die Masse etwas quellen lassen. Anschließend die Masse auf ein Blatt Backpapier streichen, auskühlen lassen, in kleine Würfel schneiden und in einer Bratpfanne abrösten. Die Hähnchenbrüste waschen und trockentupfen. Zesten von der Zitrone abreiben, den Schinkenspeck kleinschneiden und zusammen mit vier Salbeiblättern und einigen Zitronenzesten unter die Haut der Hähnchenbrüste stopfen. Kleine Taschen in die Brüste schneiden und nochmals füllen. Die Hähnchenbrüste anschließend mit Salz und Pfeffer würzen und in einer Pfanne mit Butter anbraten. Nach einiger Zeit den Bratensaft abgießen und auffangen. Das Fleisch im Ofen für maximal zehn Minuten fertig garen und anschließend kurz flambieren. Den Bratensaft in einem Topf erhitzen, drei bis vier Zitronenzesten dazugeben, mit dem Wein ablöschen, reduzieren lassen und mit der Sahne aufgießen. Abschließend die Sauce durch ein Sieb gießen und pürieren. Den Spargel kurz blanchieren und anschließend in einer Pfanne kurz mit Butter schwenken. Die Hähnchenbrüste mit dem Wildspargel und den Polenta-Grammeln auf zwei Tellern anrichten, mit der Sauce garnieren und mit den getrockneten Kornblumen verzieren.

Dagmar Franz am 23. April 2014