

Hähnchen-Brust im Parmesan-Mantel mit Reis, Ratatouille

Für zwei Personen

Für die Hähnchenbrustmedaillons:

1 Hähnchenbrust, à 400 g	50 g Parmesan	3 EL Mehl
2 Eier	4 EL Rapskernöl	Butter
Salz	weißer Pfeffer	

Für das Ratatouille:

1 Aubergine, klein	1 Zucchini, klein	1 gelbe Paprika, klein
1 Fleischtomate	1 Zwiebel	1 Zehe Knoblauch
2 EL Tomatenmark	80 ml Gemüsefond	1 Zweig Thymian
4 EL Olivenöl	Salz	schwarzer Pfeffer

Für die Basilikum-Hollandaise:

5 Stiele Basilikum	60 g Butter	2 EL Vollmilch-Joghurt
2 Eier	2 EL Gemüsefond	$\frac{1}{2}$ TL milder Senf
Salz	weißer Pfeffer	

Für den Reis:

200 g Reis	20 g Butter	Salz
------------	-------------	------

Den Backofen auf 80 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Die Butter in einem Kännchen für die Hollandaise reinstellen.

Den Reis mit Salz im Topf anrösten lassen. 400 Milliliter kaltes Wasser dazu gießen. Den Reis im geschlossenen Topf auf niedrigster Stufe gar werden lassen.

Die Hähnchenbrust in Medaillons schneiden und mit Salz und Pfeffer würzen. Den Parmesan reiben. Die Medaillons zunächst in Parmesan und Mehl wälzen. Das Ei verquirlen und das mehlierte Fleisch darin wenden. Das Öl in einer Pfanne heiß werden lassen und die Medaillons darin goldgelb braten. Die Butter hinzufügen und die Medaillons anschließend zum warmhalten in den Backofen auf einen Rost geben.

Für das Ratatouille das Gemüse waschen. Die Zwiebel abziehen und alles in zentimetergroße Würfel schneiden. In einer Pfanne das Öl erhitzen. Die Zwiebeln glasig dünsten und die Paprika dazugeben. Anschließend die Aubergine und die Zucchini untermengen. Das Tomatenmark kurz umrühren und alles mit dem Gemüsefond ablöschen. Zum Schluss die Tomatenwürfel hinzugeben. Nochmals kurz aufkochen. Den Knoblauch abziehen, fein hacken und zusammen mit dem gehackten Thymian hinzufügen. Das Ganze mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Ein wenig von dem Basilikum für die Deko aufbewahren und den Rest grob hacken. Mit dem Vollmilchjoghurt pürieren.

Die inzwischen flüssige Butter aus dem Ofen nehmen. Die Eier trennen. Das Eiweiß kann anderweitig verwendet werden. Die Eigelbe mit dem Gemüsefond und dem Senf verrühren und über einem heißen Wasserbad aufschlagen. Langsam, unter ständigem Rühren, die flüssige Butter unterschlagen. Wenn die Hollandaise cremig gebunden ist, den Joghurt unterrühren und mit Salz und Pfeffer würzen.

Eine kleine Souffléform buttern, den Reis hineingeben und auf einen Teller stürzen.

Die Medaillons im Parmesan-Mantel mit Reis, Ratatouille-Gemüse und Basilikum-Hollandaise auf Tellern anrichten und mit dem Basilikum garnieren.

Anja Holz am 09. März 2015