

Maishähnchen-Brust, Reisblatt-Mantel, Erbspüree, Möhren

Für zwei Personen

Für das Fleisch:

2 Maishähnchenbrüste, à 200 g	4 Reisblätter	7 EL Sesamöl
1 Ei	Salz	Pfeffer

Für das Püree:

300 g Erbsen (TK)	2 festk. Kartoffeln	120 ml Gemüsefond
50 g Butter	50 ml Sahne	Salz
Pfeffer		

Für die Möhren:

10 Babymöhren	50 g Butter	1 Bund Schnittlauch
1 Bund glatte Petersilie	100 ml sprudelndes Mineralwasser	Zucker
Salz		

Für den Schaum:

50 ml Weißwein	100 ml Milch	30 ml Sahne
1 Zitrone		

Backofen auf 130 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

In einem Kochtopf Fond zum kochen bringen.

Für das Fleisch Maishähnchenbrust waschen, trocken tupfen und mit Salz und Pfeffer würzen. Ei aufschlagen. Hähnchen in Reisblätter wickeln und Enden der Blätter mit Ei verkleben. In einer Pfanne Sesamöl erhitzen und die umwickelte Maishähnchenbrust darin anbraten. Danach in den vorgeheizten Ofen geben und fertig garen.

Für das Püree Kartoffeln schälen, würfeln und gemeinsam mit Erbsen in die Fond geben.

Gemeinsam zehn Minuten kochen lassen und anschließend mit dem Pürierstab pürieren. Mit Butter und Sahne cremig rühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Möhren in einer Pfanne Butter erhitzen und Babymöhren dazugeben. Mit Salz und Zucker abschmecken. Mineralwasser dazu geben und die Möhren zehn Minuten ziehen lassen. Zuletzt Petersilie hacken und zu den Möhren geben. Vor dem Servieren Möhren mithilfe von Schnittlauch zu kleinen Päckchen schnüren.

Für den Schaum in einem Topf Weißwein stark erhitzen und reduzieren lassen. Zitrone auspressen und Milch, Sahne, Zitronensaft und Abrieb der Zitrone zum Wein geben. Vom Herd nehmen und mit einem Pürierstab aufschäumen.

Maishähnchen in der Mitte teilen und auf dem Erbsenpüree platzieren. Möhrenpaket und Zitronenschaum dazu anrichten und servieren.

Christian Fuchs am 17. Februar 2016