

Gefüllte Hähnchen-Brust, Kartoffel-Püree, Gurken-Salat

Für zwei Personen

Für die Hähnchenbrust:

2 Hähnchenbrustfilets, à ca. 120 g	1 unbehandelte Zitrone	2 Knoblauchzehen
1 Ei	50 g Butter	$\frac{1}{2}$ Bund Petersilie
$\frac{1}{2}$ Bund Schnittlauch	50 g Mehl	100 g Paniermehl
Öl	Salz	Pfeffer

Für das Kartoffel-Püree:

3 mittelgroße Kartoffeln	1 vorgek. Rote-Bete-Kugel	60 ml Sahne
1 TL Butter	1 Prise Ingwerpulver	1 Prise Kurkumapulver
Salz	Pfeffer	

Gurkensalat:

1 Salatgurke	50 ml Sahne	$\frac{1}{2}$ Bund Dill
1 TL Essig	Salz	Pfeffer

Für die Hähnchenbrust:

Knoblauch abziehen und fein hacken. Jeweils einen $\frac{1}{2}$ TL Petersilie und Schnittlauch hacken. Zitrone halbieren und 1 TL Zitronensaft auspressen.

Die kalte Butter mit Knoblauch, gehackter Petersilie und Schnittlauch und Zitronensaft verrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen. Die Kräuterbuttermasse zu zwei Röllchen formen, in Folie einschlagen und ins Gefrierfach legen.

Die Hähnchenbrust mit Hilfe des Schmetterlingsschnitts aufschneiden, zwischen zwei Frischehaltefolien legen und sehr dünn klopfen. Ein Röllchen Kräuterbutter darauflegen und zu einer Roulade rollen - die Seiten so umklappen, so dass keine Butter herauslaufen kann. Mit Hilfe von Spießen verschließen.

Aus Ei, Paniermehl und Mehl eine Panierstraße vorbereiten und die Rouladen erst in Mehl, dann in Ei und am Ende im Paniermehl wenden. Die Rouladen kühl stellen und das Püree zubereiten. Eine Fritteuse mit Öl erhitzen. Die panierte Roulade im heißen Fett ca. 10 min. ausbacken bis sie goldbraun ist. Sie sollte dabei ganz mit Fett bedeckt sein. Herausnehmen und auf einem Küchenpapier abtropfen lassen.

Für das Kartoffel-Rote-Bete-Püree:

Gesalzenes Wasser in einem Topf zum Kochen bringen.

Kartoffeln schälen, würfeln und gar kochen. Kurz vor Ende der Garzeit die Rote Bete mit zu den Kartoffeln geben und diese kurz mitkochen. Kartoffeln und Rote Bete abgießen. Sahne und Butter in den Topf geben und zu einem feinen Püree pürieren. Kurkuma und Ingwer hinzugeben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Gurkensalat:

Gurke schälen und in feine Scheiben in eine Schüssel schneiden oder hobeln. Dill abbrausen, trockenwedeln und hacken. Sahne, 2 TL Dill und Essig unterrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

David Kotowski am 28. März 2019