

Geflügelherz-Ragout, Feldsalat, Rotwein-Soße, Stampf

Für zwei Personen

Für Ragout und Soße:

400 g Putenherzen	1 Zwiebel	2 Knoblauchzehen
200 ml trockener Rotwein	250 g Geflügelfond	4 Tropfen Chiliwürzsauce
1 Zitrone	1 EL Crème Fraîche	2 TL Speisestärke
Salz	Pfeffer	

Für den Kartoffel-Stampf:

6 Kartoffeln (mehlig)	$\frac{1}{4}$ Sellerieknolle	3 cm Ingwer
1 großer Apfel	1 Ei	Salz, Pfeffer

Für den Feldsalat:

100 g Bauchspeck	150 g Feldsalat	1 Knoblauchzehe
1 Zwiebel	30 ml weißer Balsamico	80 ml Olivenöl
2 EL Butter	1 EL Agavendicksaft	1 EL heller Sesamsaat
Salz	Pfeffer	

Für Ragout und Soße:

Zwiebel und Knoblauch abziehen und klein schneiden, mit Chiliwürzsauce und Pfeffer in einem großen Topf mit Olivenöl bei starker Hitze kurz anschwitzen. Herzen waschen, trocken tupfen, dazugeben und darin schmoren lassen. Mit Geflügelfond und Rotwein ablöschen und ca. 5 Minuten köcheln lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Crème Fraîche zugeben und einrühren. Speisestärke mit 2 EL Wasser glattrühren, ebenso unterrühren. Ragout ca. 5 Minuten leicht köcheln lassen.

Für den Kartoffel-Stampf:

Sellerie großzügig schälen, klein schneiden. Kartoffeln schälen, ebenso klein schneiden. Beides in kochendem Salzwasser ca. 12 Minuten gar kochen. Apfel waschen, Kerngehäuse entfernen und klein schneiden. Apfel nach ca. 8 Minuten der Garzeit in den Topf geben und ebenso im Salzwasser weich kochen. Abgießen und abtropfen lassen. Ingwer schälen und fein reiben. Eiweiß und Eigelb trennen. Mit Handstampfgerät Kartoffeln, Sellerie, Eigelb, Ingwer und Apfel zu einem weichen Stampf stampfen und mit Salz und Pfeffer würzen.

Für den Feldsalat:

Den Knoblauch abziehen und pressen. Die Zwiebel abziehen und fein würfeln. Vinaigrette aus Zwiebeln, Knoblauch, Balsamico, Olivenöl und Agavendicksaft herstellen. Vinaigrette mit Salz und Pfeffer würzen. Salat waschen, trocken schleudern und mit der Vinaigrette vermengen. Bauchspeck in kleine Würfeln schneiden und in Butter kräftig anbraten, mit dem Sesam unter den Salat vermengen.

Geflügelherzragout mit Feldsalat, Rotweinsauce und Kartoffel- Sellerie-Stampf auf Tellern anrichten und servieren.

Ben Kreher am 11. September 2017