

Perlhuhn-Brust mit Fenchel-Salat

Für 2 Personen

2 Perlhuhnbrüste	1 Blätterteigrolle	1 Ei
3 Knollen Fenchel, klein	150 g Schalotten	1 Zehe Knoblauch
2 Limetten, unbehandelt	0,5 Bund Kerbel	3 EL Butterschmalz
0,5 TL Tomatenmark	100 ml Gemüsefond	100 ml Geflügelfond
1 Zweig Rosmarin	2 Zweige Thymian	1 TL Fenchelsamen
1 TL Oregano, getrocknet	1 TL Thymian, getrocknet	100 ml Weißwein, trocken
50 ml Crème-fraîche	0,5 TL Zucker	6 EL Olivenöl
1 TL Honig	Salz	Pfeffer, schwarz

Den Backofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Eine Pfanne mit einem Esslöffel Butterschmalz erhitzen. Die Schalotten schälen, in kleine Stücke schneiden und im Butterschmalz anbraten. Den Knoblauch abziehen und fein hacken. Die frischen Kräuter und Samen, das Tomatenmark und den Knoblauch hinzugeben, kurz weiter braten lassen. Das Ganze mit dem Wein und dem Fond ablöschen und offen köcheln lassen bis die Schalotten gar sind. Anschließend die Kräuterzweige und den Knoblauch entfernen, die Crème-fraîche einrühren, etwas weiter einkochen lassen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Eine Pfanne mit dem restlichen Butterschmalz erhitzen. Die Perlhuhnbrüste waschen, trocken tupfen, mit Salz und Pfeffer würzen und auf der Hautseite scharf und knusprig anbraten. Anschließend einmal kurz wenden. Die Perlhuhnbrüste in den Ofen stellen und circa sechs bis acht Minuten nachgaren. Den Ofen auf 200 Grad hochstellen. Den Fenchel abziehen und fein reiben. Zusammen mit dem Kerbel und dem Fenchelgrün in kleine Stücke schneiden. Für die Soße die Limetten auspressen und mit circa zehn Esslöffel Olivenöl, einem Teelöffel Honig, und etwas Salz und Pfeffer gut vermengen und über den Fenchel geben. Vor dem Servieren das Ganze in ein Sieb geben und abtropfen lassen. Den Blätterteig in Stangen schneiden. Das Ei aufschlagen und nur das Eigelb verwenden. Die Stangen mit dem Eigelb bestreichen und in den getrockneten Kräutern und Salz wenden. Die Stangen von Hand drehen und im Ofen circa 12 bis 15 Minuten backen lassen. Den Fenchelsalat und die Perlhuhnbrüste auf den Tellern anrichten und mit den Blätterteigstangen dekorieren.

Daniel Jauslin am 09. Februar 2010