

## Poularden-Brust-Medaillons auf Zitronen-Risotto

### Für 2 Personen

1 Biozitrone	30 g Zucker	40 g Parmesan
160 ml Olivenöl	2 Stängel glatte Petersilie	2 Maispoulardenbrüste a 120 g
120 ml Olivenöl	1 Prise Piment d'Espelette	Salz
350 ml Gemüsefond	100 g Risottoreis	Pfeffer
30 g Bergkäse	20 g Butter	

Zitrone heiß abwaschen und mit einem Zestenreißer die Schale abziehen, diese dann in kochendem Wasser blanchieren, herausnehmen und noch zweimal in frischem kochenden Wasser blanchieren, dass sich die Bitterstoffe aus den Schalen lösen. Die blanchierten Zitronenzesten abtropfen lassen und dann fein hacken. Von der Zitrone den Saft auspressen. Zucker in einem Topf karamellisieren, Zitronensaft zugeben und so lange kochen, bis sich der Zucker aufgelöst hat. Die gehackte Zitronenschale untermischen und abkühlen lassen. Parmesan fein reiben und mit der Hälfte vom Zitronenkaramell mischen. Das restliche Zitronenkaramell mit 50 ml Olivenöl zu einem Zitronenöl mischen. Petersilie abspülen, trocken schütteln und die Blätter abzupfen. In einer Pfanne 80 ml Olivenöl erhitzen, die Petersilienblätter zugeben und frittieren. Herausnehmen und auf Küchenkrepp abtropfen lassen. Die Poulardenbrüste in gleichmäßige Medaillons schneiden, diese zwischen einem Gefrierbeutel leicht plattieren. 2 EL Olivenöl mit Piment d'Espelette vermischen und die Medaillons damit einpinseln. Auf eine Auflaufform geben, mit Alufolie abdecken etwas ruhen lassen. Den Gemüsefond erhitzen. Reis in einem Topf mit 1 EL Olivenöl anschwitzen, mit so viel heißem Gemüsefond aufgießen, bis der Reis bedeckt ist. Mit Salz und Pfeffer würzen und unter Rühren ca. 15 Minuten kochen lassen, bis der Reis bissfest ist, dabei immer wieder Gemüsefond angießen. Den Backofen auf 75 Grad vorheizen und die vorbereitete Auflaufform abgedeckt in den Ofen geben und 5 Minuten garen. Bergkäse in dünne Streifen schneiden. Risotto vom Herd nehmen und mit der Zitronen-Parmesan-Mischung abbinden. Mit kalter Butter abschmecken. Die Medaillons aus dem Ofen nehmen und in einer Pfanne von beiden Seiten kurz goldbraun braten und mit Salz würzen. Risotto auf der Tellermitte anrichten, Medaillons darauf geben und die Käsestreifen drüberstreuen. Mit Zitronenöl und frittierten Petersilienblättern garnieren.

Jörg Sackmann Dienstag, 08. März 2011