

Soufflierte Poularde mit flüssiger Polenta

Für 4 Personen

1 Schweinenetz vom Metzger	4 Maispoulardenbrüste mit Keule	50 g Hähnchenbrustfilet
50 g Sahne	Salz, Pfeffer	10 Champignons
2 EL Sonnenblumenöl	1/2 Bund glatte Petersilie	3 Zweige Thymian
1 Stängel Salbei	100 ml Geflügelfond	150 ml Milch
50 g Polentagries	20 g Parmesan	100 ml Geflügeljus

Das Schweinenetz gut wässern und anschließend mit klarem Wasser spülen. Den Backofen auf 120 Grad (Umluft 100 Grad, Gas Stufe 2) vorheizen. Die Poulardenbrust von der Haut befreien und den Knochen zuputzen. Das Hähnchenfleisch mit der Sahne aufmixen, zu einer Farce verarbeiten und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Champignons putzen und in feine Scheiben schneiden. Die Farce auf die obere Seite der Poulardenbrust dünn verteilen und mit den Champignons fächerförmig belegen. Das Schweinenetz zuschneiden und die Poulardenbrust darin einpacken. In einer Pfanne etwas Öl erhitzen und die Poulardenbrust von beiden Seiten kurz anbraten bis diese leicht goldgelb ist und im vorgeheizten Ofen ca. 12 Minuten fertig garen. Die Kräuter abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Geflügelfond und Milch zusammen aufkochen und den Polentagrieß langsam einrieseln lassen. Mit einem Holzkochlöffel verrühren bis der Grieß eine schöne sämige Konsistenz ergibt. Den Parmesan fein reiben und mit den gehackten Kräutern unter die Polenta rühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Geflügeljus erwärmen. Die Polenta in die Mitte des Tellers geben, die Poulardenbrust daraufsetzen und mit der Sauce beträufeln.

Karlheinz Hauser Montag, 22. August 2011