

Poularden-Saté, Honig-Pfeffer-Croutons, Karottennudeln

Für 2 Portionen

Für die Saté-Spieße:

2 kleine Zwiebeln	2 EL Olivenöl	6 Aprikosen
300 g Poulardenbrustfilets	Meersalz, Pfeffer	1 TL Zitronenöl
4 Schaschlikspieße	4 Scheiben Toastbrot	2 Zweige Thymian
50 g Butter	1 TL schwarze Pfeffermischung	1 EL Honig

Für die Sauce:

1 Zwiebel	2 EL Butter	40 ml Balsamico
1 EL Aprikosengelee	80 ml Portwein	40 ml Teriyaki-Sauce
20 ml Ketjap-Manis	250 ml Geflügelfond	

Für die Karottennudeln:

400 g junge Karotten	10 g Ingwer	3 EL Butter
1 TL Zucker	1 Zweig Thymian	Meersalz
1/2 Zitrone		

Die Zwiebeln schälen, in Achtel schneiden und in einer Pfanne mit 1 EL Olivenöl weich dünsten. Die Aprikosen waschen, halbieren und entsteinen, dann jede Hälfte nochmals in je 3 Spalten schneiden. Die Poulardenbrüste in 5 cm breite Streifen schneiden, mit Salz und Pfeffer würzen und mit Zitronenöl beträufeln. Die Fleischstreifen abwechselnd mit den Zwiebeln und den Aprikosen auf 4 Spieße stecken. Vom Toastbrot die Rinde entfernen. Die Brotscheiben in ca. 3 mm große Würfel schneiden. Thymian abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Für die Sauce die Zwiebel schälen, fein schneiden und in einem Topf mit 1 EL Butter anschwitzen. Mit dem Essig ablöschen. Aprikosengelee hinzufügen und den Essig vollständig einkochen lassen, dann Portwein angießen und diesen nahezu einkochen lassen. Teriyaki-Sauce, Ketjap Manis und den Geflügelfond angießen und alles sirupartig einkochen. Die Karotten schälen und mit einem Sparschäler oder dem Küchenhobel in dünne Längsscheiben hobeln. Ingwer schälen, zuerst in dünne Scheiben dann in feine Streifen schneiden. In einer Pfanne 3 EL Butter schmelzen, die Karotten zugeben, mit Zucker bestreuen und diesen karamellisieren lassen. Ingwer und Thymianzweig zugeben, mit Salz würzen und zugedeckt die Karotten ca. 8 Minuten dünsten. Die Spieße in einer Pfanne mit 1 EL Olivenöl von jeder Seite etwa 1-2 Minuten saftig anbraten, dann im auf 70 Grad vorgeheizten Ofen warm halten. Butter in einer Pfanne schmelzen und aufschäumen lassen. Pfeffermischung und Honig untermischen. Die Brotwürfel zugeben und in der aufgeschäumten Butter schwenken. Mit Salz würzen, Thymian untermischen und die Brotwürfel goldbraun braten. Von der Zitrone den Saft auspressen und die Karotten mit Zitronensaft abschmecken. Zuletzt 1 EL kalte Butter unter die Sauce rühren und abschmecken. Kurz vor dem Anrichten die vorbereiteten Spieße durch die Sauce ziehen und in den Brotwürfeln wälzen. Die Karottennudeln auf dem Teller verteilen und je 2 Poulardenspieße auf die Teller setzen. Das Ganze mit etwas Sauce beträufeln und servieren.

Jörg Sackmann am 08. Juli 2014