

Kräuter-Hähnchen-Brust mit Kürbis-Paprika-Soße

Für zwei Personen

2 Hühnerbrüste, mit Haut	300 g Butternusskürbis	250 g Babyspinat
1 rote Paprikaschote	2 Knoblauchzehen	1 Schalotte
1 Ingwer	1 Zitrone	1 Orange
1 Zweig Minze	1 Zweig glatte Petersilie	1 Zweig Dill
1 Muskatnuss	1/2 TL Kurkuma	1 TL Baharat
1 TL Räucherpaprika	70 g kalte Butter	250 ml Geflügelfond
2 EL Gemüsefond	1 EL mildes Chilisalz	Olivenöl, Salz, Pfeffer

Den Backofen auf 110 Grad Ober/-Unterhitze vorheizen. Auf die untere Schiene ein Abtropfblech und darüber ein Ofengitter schieben. Von den Hendlbrüsten die Haut von einer Längsseite her lösen und vom Fleisch abheben. An der anderen Längsseite die Haut am Fleisch belassen. Ein paar Blättchen von der Petersilie und der Minze abzupfen, ein paar Dillspitzen abtrennen und das Brustfleisch damit belegen. Anschließend die Haut wieder straff darüber legen. Eine Pfanne mit etwas Olivenöl erhitzen und die Hendlbrüste auf der Hautseite darin goldbraun anbraten, wenden, auf der Fleischseite kurz anbraten und auf dem Ofengitter im Backofen saftig durchziehen lassen. Die Paprikaschote waschen, trocken tupfen, vierteln, entkernen, schälen und anschließend klein schneiden. Den Kürbis schälen, die Kerne entfernen und in Würfel schneiden. Eine Knoblauchzehe abziehen, klein schneiden und den Ingwer schälen. Die Kürbis- und Paprikawürfel mit dem Geflügelfond, der Knoblauchzehe und einer Scheibe Ingwer knapp unter dem Siedepunkt weich garen. Mit Kurkuma, Räucherpaprika und Baharat abschmecken und die Soße erhitzen. Anschließend pürieren, 40 Gramm Butter dazugeben und mit Salz abschmecken. Für den Spinat die Spinatblätter verlesen, waschen und trocken schleudern. Die Schalotte schälen und in feine Würfel schneiden. Etwas Butter in einer Pfanne erhitzen und die Schalotte darin bei mittlerer Hitze glasig dünsten. Den Gemüsefond hinzufügen, den Spinat dazugeben und zusammenfallen lassen. Die übrige Butter hinein rühren und mit Salz, Pfeffer, etwas abgeriebener Muskatnuss und Zitronenschale abschmecken. Eine Knoblauchzehe abziehen und in Scheiben schneiden. Zwei Scheiben vom Ingwer abschneiden und etwas Zitronen- und Orangenschale abschälen. Eine Pfanne mit etwas Olivenöl, dem Knoblauch, Ingwer und den Zitronen- und Orangenschalen erhitzen und etwas Chilisalz dazugeben. Wenn die Hendlbrüste fertig sind, darin wenden. Den Blattspinat auf einem Teller anrichten, die Soße außen herum träufeln, die Hendlbrust in Scheiben schneiden und darauf anrichten.

Alfons Schuhbeck am 26. Oktober 2012