

# Kikok-Hähnchen mit Graupen-Risotto und Morchel-Soße

## Für zwei Personen

4 Hähnchenbrüste, à 100 g	100 g Graupen	1 Zucchini
100 g frische Morcheln	1 Mohrrübe	1 Stange Sellerie
1 Stange Lauch	3 Schalotten	1 Limette
200 g Parmesan	200 ml Sahne	5 cl Weinbrand
150 ml Weißwein	600 ml Geflügelfond	250 g Bärlauch
1 Zweig Lorbeerblätter	50 g Pinienkerne	100 ml Olivenöl
Butter, Olivenöl	Salz, Pfeffer	

Den Backofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Zucchini der Länge nach in feine Scheiben schneiden. Die Hähnchenbrüste mit Salz und Pfeffer würzen, auf die Zucchinischeiben legen und zu einer Roulade einrollen. Die Alufolie buttern, Rouladen darin fest einrollen und die Enden der Folie wie bei einem Bonbonpapier zusammendrehen. Die Rouladen in den Ofen schieben und bis auf die Kerntemperatur von 56 Grad garen. Anschließend die Rouladen etwas ruhen lassen, aus der Folie nehmen und aufschneiden. Für die Sauce die Morcheln putzen, waschen und gut trocknen. Die Schalotten abziehen, klein hacken und in Butter anschwitzen. Die Morcheln dazugeben und mit Salz und Pfeffer würzen. Anschließend mit Weinbrand ablöschen und 100 Milliliter Weißwein dazugeben. Die Sauce aufkochen lassen und auf ein Sieb gießen. Den gewonnenen Morchelfond gemeinsam mit 200 Milliliter Geflügelfond in einen Topf geben und einreduzieren lassen. Mit 200 Milliliter Sahne auffüllen und aufkochen lassen. Eine Limette halbieren und den Saft auspressen. Abschließend die Sauce mit dem Limettensaft, Salz und Pfeffer würzen und die Morcheln dazugeben. Für das Pesto den Bärlauch waschen und trocknen. Die Pinienkerne in einer Pfanne rösten. Anschließend den Bärlauch, die Pinienkerne, 60 Gramm Parmesan und 100 Milliliter Olivenöl in einem Mixer pürieren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Zutaten nicht zu lange mixen, damit das Pesto nicht warm wird. Abschließend das Pesto in ein Glas füllen und kühl aufbewahren. Für das Risotto den Geflügelfond einmal aufkochen. Die Mohrrübe, den Sellerie und den Lauch in Würfel schneiden. Den restlichen Parmesan reiben und etwas Sahne steifschlagen. Eine Schalotte abziehen, kleinhacken und 20 Gramm der Schalottenwürfel in Butter anschwitzen. Anschließend die Graupen dazugeben und mit Weißwein und einer Kelle heißem Geflügelfond ablöschen. Sobald die Graupen die Flüssigkeit aufgenommen haben, mit Salz und Pfeffer würzen und ein Lorbeerblatt dazugeben. Immer wieder mit Geflügelfond aufgießen, bis die Graupen gar sind. Gegen Ende der Garzeit die Gemüsewürfel kurz mit garen und anschließend den Parmesan unterrühren. Das Risotto mit einem Esslöffel Bärlauchpesto und etwas geschlagener Sahne verfeinern. Die Hähnchenbrüste zusammen mit dem Graupenrisotto auf einem Teller anrichten und mit der Morchelsauce garnieren.

Nelson Müller am 25. April 2014