

Perlhuhn-Saltimbocca mit Artischocken-Tomaten-Ragout

Für zwei Personen

Für das Perlhuhn-Saltimbocca:

2 Perlhuhnbrüste à 160 g	4 Scheiben Parmaschinken	2 Zweige Salbei
Olivenöl	Salz	Pfeffer

Für das Ragout:

4 Babyartischocken	150 g Kirschtomaten	1 Zitrone, davon der Saft
1 TL Zucker	50 g Parmesan	100 ml Geflügelfond
1 Bund Schnittlauch	Olivenöl	Salz, Pfeffer

Für das Perlhuhn-Saltimbocca:

Das Fleisch waschen, trocken tupfen und halbieren. Den Salbei abbrausen, trockenwedeln und die Blätter abzupfen. Die Perlhuhnbrüste zwischen einem Gefrierbeutel plattieren und mit Salz und Pfeffer würzen. Je ein Salbeiblatt darauflegen und mit dem Parmaschinken umwickeln. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und das Fleisch darin von jeder Seite 2 Minuten anbraten.

Für das Ragout:

Die Artischocken putzen und die äußeren harten Blätter abziehen. Mit einem kleinen Messer die übrigen harten Stellen abschälen und vierteln. Die Zitrone halbieren, auspressen und den Saft auffangen. Die Artischockenviertel mit Zitronensaft beträufeln. Die Tomaten waschen und trocknen.

Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Artischocken darin goldbraun braten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Tomaten zugeben, mit etwas Zucker bestreuen und mitrösten. Geflügelfond angießen und das Ragout etwa 2 Minuten weitergaren.

Schnittlauch abbrausen, trockenwedeln, in feine Röllchen schneiden und unter das Gemüse mischen. Parmesan in feine Plättchen hobeln.

Die Perlhuhn-Saltimbocca mit Artischocken-Tomatenragout auf Tellern anrichten, mit frisch gehobeltem Parmesan garnieren und servieren.

Johann Lafer am 09. Juni 2017