

Perlhuhn-Keule, Zitrusfrüchte, Kartoffel-Stampf, Fenchel

Für zwei Personen

Für die geschmorte Keule:

2-4 Perlhuhnkeulen	1 Pink Grapefruit	1 Zitrone
1 Orange	2 Zweige Rosmarin	250 ml Geflügelfond
Olivenöl	Salz	Pfeffer

Für den Kartoffel-Stampf:

3 mehligk. Kartoffeln	$\frac{1}{2}$ Bund glatte Petersilie	2 EL eingel. schwarze Oliven
1 Muskatnuss	1 EL Butter	Salz

Für den Fenchel:

2 Stück Fenchel	100 ml Weißwein	100 ml Orangensaft
Butter, (Montieren)	Butter, (Braten)	1 TL Zucker
Salz	Pfeffer	

Für die geschmorte Keule:

Den Ofen auf 190 Grad Heißluft vorheizen.

Perlhuhnkeulen salzen und in einer Pfanne in etwas Olivenöl von allen Seiten goldbraun anbraten. Eine halbe Zitrone und eine halbe Orange in ca. 4mm dicke Scheiben schneiden, mit in die Pfanne zum Huhn legen und kurz mitbraten. Die Früchte sollten leicht Farbe bekommen. Rosmarin abbrausen, trockenwedeln und dazugeben und mit dem Geflügelfond aufgießen. Das Ganze für ca. 18 Minuten in den vorgeheizten Backofen geben. Restliche Zitrone, Orange und die Grapefruit filetieren.

Anschließend die Keulen herausnehmen und die Sauce durch ein Sieb abseihen und etwas reduzieren bzw. abschmecken. Vor dem Anrichten die Keulen sowie die restlichen, filetierten Orange-, Grapefruit- und Zitronenfilets darin erwärmen.

Für den Petersilien-Olivenstampf:

Kartoffeln schälen, kleinschneiden und in reichlich Salzwasser weich kochen. Oliven kleinhacken. Petersilie abbrausen, trockenwedeln und feinhacken. Anschließend gut ausdampfen lassen und mit einem Stampfer der temperierten Butter, den gehackten Oliven, sowie der gehackten Petersilie zu einem groben Stampf zerdrücken (nicht zu viel stampfen und rühren, da es sonst eine kleberartige Konsistenz bekommt). Mit Salz und Muskatnuss abschmecken.

Für den Fenchel:

Fenchel waschen, trockentupfen, halbieren und in feine Streifen schneiden. In einer Pfanne mit etwas zerlassener Butter anschwitzen und mit Salz und Pfeffer würzen. Den Zucker dazugeben und mit Orangensaft und Weißwein ablöschen, einkochen lassen und mit Butter montieren. Kräftig mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Keulen zusammen mit dem Fenchelgemüse und dem Kartoffelstampf anrichten, mit der Sauce napieren und servieren.

Alexander Kumptner am 08. März 2019