

Maispouarden-Brust im Zucchini-Mantel mit Erdnuss-Soße

Für zwei Personen

Für das Fleisch:

2 Maispouardenbrüste à 200 g 1 grüne Zucchini 50 g weiche Butter
Salz, Pfeffer

Für das Gemüse:

2 kl. rote Möhren mit Grün 2 kl. Urmöhren mit Grün 2 Stück Mini-Mais
4 kleine Kräuterseitlinge 1 Kohlrabi Zucker, Salz

Für das Püree:

200 g Süßkartoffeln 50 g Butter 1 TL Sweet-Chicken-Chilisauce
Muskatnuss Salz

Für die Sauce:

1 kleine rote Chilischote 1 kleine Knoblauchzehe 100 g Erdnussbutter
1 EL geröst. Sesamöl 100 ml Geflügeljus 3 EL Hoisinsauce
brauner Zucker Salz Pfeffer

Für das Fleisch:

Den Backofen auf 160 Grad Umluft vorheizen.

Zucchini mit Hilfe eines Hobels längs in dünne Scheiben schneiden.

Alufolie in zwei Din A4 große Stücke teilen. Den unteren Teil der Folie mit der weichen Butter abstreichen. Zucchinischeiben überlappend in der Größe der Maispouardenbrüste auf die Folie legen.

Jeweils eine Brust in die Zucchinischeiben einrollen und mit Salz und Pfeffer würzen. Rollen in die Alufolie einwickeln und zu einem festen Bonbon eindrehen und im Ofen bis zu einer Kerntemperatur von 59 Grad garen. Das dauert ca. 15 Minuten. Danach herausnehmen, etwas ruhen lassen und aus der Folie wickeln.

Für das Gemüse:

Möhren schälen, dabei das Möhrengrün ca. 1 cm an der Möhre lassen.

Kohlrabi schälen und in gefällige Stücke schneiden.

Das Gemüse in kochendem Salzwasser blanchieren, kalt abschrecken und vor dem Anrichten zusammen mit den Pilzen in Butter schwenken.

Mit etwas Zucker abschmecken.

Für das Püree:

Süßkartoffeln schälen und in kleine Stücke schneiden. In kochendem Salzwasser mit Deckel ca. 20 Minuten garen. Abgießen, ausdämpfen lassen und mit Hilfe eines Pürrierstabs zusammen mit der Butter, Sweet Chicken Sauce, etwas geriebener Muskatnuss und Salz fein mixen.

Für die Sauce:

Chilischote kleinschneiden. Knoblauch abziehen und mit Chili in dem Sesamöl anschwitzen und mit Geflügeljus auffüllen. Erdnussbutter und Hoisinsauce dazugeben und die Sauce mit Zucker, Salz und Pfeffer abschmecken. Eventuell etwas verdünnen. 10 Minuten köcheln lassen und Sauce passieren.

Nelson Müller am 02. September 2022