

Gratiniertes Puten-Brust-File, Apfel-Soße, Butter-Reis

Für 4 Personen

200 g Langkornreis	200 g Zuckerschoten	2 Frühlingszwiebeln
1 EL Butter	3 EL Speiseöl	4 Putenbrustfilets, a 150 g
2 EL Calvados	120 ml Apfelwein (Cidre)	200 ml Geflügelbrühe
2 Äpfel (Boskoop)	2 EL Butterschmalz	1 Zwiebel
2 EL Dijon-Senf	0,5 Bund Kerbel	2 Eier
100 ml Sahne	3 Scheiben Toastbrot	2 EL Apfel-Chutney
Salz	Pfeffer	

Den Backofen auf Grillfunktion vorheizen. Den Reis gemäß Packungsanweisung in Salzwasser garen. Zuckerschoten und Frühlingszwiebeln abbrausen. Die Frühlingszwiebeln abziehen und in feine Ringe schneiden. Die Äpfel schälen, entkernen und in Stücke schneiden. Die Zwiebel abziehen und würfeln. Butterschmalz in einem Topf erhitzen und darin die Zwiebelwürfel und die Apfelstücke andünsten. Mit Calvados ablöschen und etwas einreduzieren lassen. Mit Apfelwein und Geflügelbrühe auffüllen und circa vier Minuten köcheln lassen. Durch ein Haarsieb streichen und zurück in den Topf geben. Die Flüssigkeit sirupartig einkochen lassen. Die Putenbrüste abbrausen, trockentupfen und beidseitig mit Salz und Pfeffer würzen. Zwei Esslöffel Öl in einer Pfanne erhitzen und die Putenbrüste darin rundum goldbraun braten. Die Eier trennen. Nun die Sahne und beide Eiweiß getrennt steif schlagen. Die Rinde der Toastbrotsscheiben wegschneiden und die Scheiben in der Küchenmaschine zerkleinern. Ein Eigelb verquirlen und zusammen mit Eischnee und Brot vorsichtig unter die Sahne heben. Kerbel abzupfen, fein hacken und dazugeben. Alles mit Salz, Pfeffer, Senf und Apfel-Chutney herzhaft abschmecken. Die Putenfilets auf ein gefettetes Backblech legen und die Sahne-Senfmasse gleichmäßig darüber verteilen. Im Backofen für circa fünf Minuten gratinieren. Währenddessen das übrige Öl in einer Pfanne erhitzen und die Zuckerschoten darin scharf anbraten. Den gekochten Reis, die Frühlingszwiebeln und die Butter hinzufügen und circa fünf Minuten unter Wenden braten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Die gratinierten Putenbrustfilets mit dem Zuckerschoten-Reis und der Soße auf Tellern anrichten und servieren.

Horst Lichter am 25. September 2010