

10-Minuten-Terrine 'Edmund'

Für 4 Personen

Für das Pesto:

50 g junger Spinat	50 g Petersilie	3 Liebstöckelblätter
Salz	1 EL Mandelblättchen	$\frac{1}{2}$ 1 kl. Knoblauchzehe
1 EL gerieb. Parmesan	4 EL Gemüsebrühe	4 EL Öl
4 EL mildes Olivenöl	mildes Chilisalz	

Für die Terrine:

$\frac{1}{4}$ dünne Stange Lauch	1/2 gelbe Karotte	1/2 orange Karotte
50 g Knollensellerie	1,2 l Hühnerbrühe	50 g Suppennudeln
250 g Hähnchenbrustfilet	1-2 Msp. gerieb. Ingwer	mildes Chilisalz

Außerdem:

50 g kleine Champignons	Muskatnuss
-------------------------	------------

Für das Pesto den Spinat verlesen und mit Petersilie und Liebstöckel waschen. Spinat und Kräuter in kochendem Salzwasser 10 bis 15 Sekunden blanchieren. In ein Sieb abgießen, kalt abschrecken und gut abtropfen lassen. Mit den Händen das restliche Wasser ausdrücken und die Blätter klein schneiden.

Inzwischen die Mandelblättchen in einer Pfanne ohne Fett leicht rösten, herausnehmen und kurz abkühlen lassen. Spinat und Kräuter mit Mandelblättchen, Knoblauch, Käse, Brühe, Öl und Olivenöl in den Blitzhacker geben. Alles mit Chilisalz würzen und zu einer feinkörnigen Paste pürieren.

Für die Terrine den Lauch längs halbieren, putzen, waschen und in etwa 3 cm lange, feine Streifen schneiden. Karotten und Sellerie putzen, schälen und ebenfalls in etwa 3 cm lange feine Streifen hobeln oder schneiden. Die Brühe in einem Topf erhitzen und die Gemüwestreifen und die Suppennudeln darin knapp unter dem Siedepunkt etwa 5 Minuten ziehen lassen.

Inzwischen das Hähnchenbrustfilet waschen, trocken tupfen und in $\frac{1}{2}$ bis 1 cm dicke Scheiben schneiden. Die Hähnchenscheiben in der Suppe offen knapp unter dem Siedepunkt noch etwa 2 Minuten mitziehen lassen. Zuletzt die Suppe mit Ingwer und Chilisalz würzen.

Zum Servieren die Pilze putzen und trocken abreiben. Jeweils etwas Muskatnuss in vorgewärmte tiefe Teller oder Schalen reiben und die Suppe darauf verteilen. Jeden Teller mit etwas Pesto beträufeln und die Champignons auf der Gemüsereibe dünn darüberhobeln.

Alfons Schuhbeck am 03. Januar 2020