

# Keule und Coq au vin von der Wachtel

## Für 2 Personen:

2 Wachteln	1 Karotte	0.25 Stange Lauch
100 g Staudensellerie	1 Schalotte	1 Zehe Knoblauch
1 TL Tomatenmark	100 ml Portwein	250 ml Rotwein
30 g Butter	2 TL Olivenöl	2 Körner Piment
2 Gewürznelken	1 Lorbeerblatt	Salz, Pfeffer

## Süßkartoffel-Stampf:

2 Süßkartoffeln	1 Zehe Knoblauch	3 Stängel Thymian
0.5 Zitrone	250 ml Gemüsefond	Cayenne-Pfeffer

Salz

## Schalotten:

8 Schalotten	1 Zweig Rosmarin	25 ml Aceto balsamico
50 ml Gemüsefond	1 EL Puderzucker	25 g Butter

Salz, Pfeffer

## Wachtelkeulen:

400 ml Pflanzenöl	30 g Mehl	100 g Semmelbrösel
1 Ei	30 ml Sahne	Salz, Pfeffer

Die Wachteln längs halbieren und die Keulen von den Brüstchen abtrennen. Leber und Herz in 2-3 Stücke schneiden. Die Keulen putzen, dafür die Haut lösen und abtrennen. Die Knochen säubern. Den oberen Knochenteil aus der Keule herauslösen und das Fleisch um den unteren Knochen legen und andrücken. Die Brüstchen von Sehnen, Haut und Fett befreien.

Für das Coq au vin die Karotte, den Lauch und den Sellerie waschen, putzen und schälen. Das Gemüse in sehr kleine Würfel schneiden. Die Schalotte und den Knoblauch abziehen und würfeln. Das Gemüse, Schalotten und Knoblauch in 1 TL heißem Olivenöl anschwitzen. Die Gewürze im Mörser zerstoßen. Das Tomatenmark und die Gewürze dazugeben und anrösten. Mit dem Portwein ablöschen und aufkochen. Den Rotwein und den Lorbeer dazugeben und aufkochen. Die Soße 10 Minuten leise köcheln lassen.

Die Wachtelbrüstchen mit Salz und Pfeffer würzen und in einer Pfanne in 1 TL heißem Olivenöl auf der Hautseite kurz scharf anbraten. Wenden und auf der zweiten Seite ebenfalls kurz anbraten. Die kalte Butter in die Soße rühren und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Wachtelbrüstchen in die Soße legen und 5 Minuten darin ziehen lassen.

## Süßkartoffel-Stampf:

Süßkartoffeln waschen, schälen und würfeln. Den Thymian waschen und die Blättchen abzupfen. Den Knoblauch abziehen.

Süßkartoffeln, Thymian, Knoblauch und Gemüsefond in einem Topf zum Kochen bringen. Leicht salzen und abgedeckt weich kochen. Anschließend mit einem Kartoffelstampfer zerkleinern und mit Salz, Cayenne und 1 Spritzer Zitronensaft abschmecken.

## Schalotten:

Die Schalotten abziehen und in Streifen schneiden. Den Puderzucker in einem Topf karamellisieren und die Schalotten hineingeben. Butter hinzufügen und die Schalotten anschwitzen. Mit dem Balsamico und dem Gemüsefond ablöschen, mit Salz und Pfeffer würzen, Rosmarin dazugeben. 5 Minuten köcheln lassen, bis die Schalotten weich sind und der Sud sirupartig eingekocht ist.

## Wachtelkeulen:

Das Pflanzenöl etwa 4 cm hoch in einem schmalen Topf auf 160-170 Grad erhitzen. Die Wachtelkeulen salzen und in Mehl wenden. Die Sahne steif schlagen und mit dem Ei verquirlen. Die

Keulen durch das Ei ziehen und in den Bröseln panieren. In heißem Fett etwa 4-5 Minuten goldbraun und knusprig ausbacken.

**Anrichten:**

Die Süßkartoffeln und die Schalotten auf Tellern anrichten. Die Wachtelkeulen darauflegen. Die Brüstchen danebenlegen und mit der Soße beträufeln.

Johann Lafer am 04. Januar 2020