



hr1-DOLCE VITA

André Großfeld

„Falscher Strammer Max“: Hähnchenbrust im Wirsingmantel mit Parmesan auf gebratener Pastinake mit Wachtelei und Senf-Feuerbohnen-Soße

ZUTATEN

2 Hähnchenbrüste
1 kleiner Wirsing
200 g Parmesan
2 Pastinaken
4 Wachteleier
10 g Senfkörner
50 g Feuerbohnen
200 ml Gemüsebrühe
Salz, Zucker, Essig, Pfeffer, frische Kräuter

ZUBEREITUNG

Hähnchenbrust im Wirsingmantel:

Den Wirsing in Blätter teilen und den Strunk rausschneiden. Dann in reichlich Salzwasser weichkochen. Die Blätter rausholen und zwischen zwei Tüchern zu einer Matte legen. Pro Person ca. 3 Blätter. Dann mit dem Nudelholz kräftig zu einem gleichmäßigen Mantel rollen. Auf den Wirsing den Parmesan fein reiben. Die Hähnchenbrust quer der Länge nach halbieren, mit Salz und Pfeffer würzen und auf den Parmesan legen. Nun alles fest zu einer Roulade rollen und dann bei mittlerer Hitze in einer Pfanne kurz von allen Seiten anbraten. Die Roulade geht dann bei 150°C für ca. 15- 20 Minuten in den Ofen.

Senf-Feuerbohnen-Soße:

Die Senfkörner in Gemüsebrühe weichkochen, ca. 25 Minuten. Die Feuerbohnen separat in Salzwasser weichkochen, das kann je nach Bohnensorte bis zu 1 Stunde dauern. Die weichen Bohnen dann mit einem Mixer pürieren und zu den weichen Senfkörnern dazu geben. Die Soße nun mit Essig, Salz, Zucker, Pfeffer und frischen Kräutern abschmecken.

Pastinaken:

Das Gemüse schälen und der Länge nach in 1 cm dicke Scheiben schneiden, von beiden Seiten würzen und dann bei mittlerer Hitze von beiden Seiten goldbraun anbraten. Die Scheiben am besten für 10-15 Minuten im Ofen bei 150°C weich schmoren.

Wachteleier:

Das Ei aus der Schale holen und dann wie ein normales Ei in der Pfanne anbraten, danach mit Salz und Pfeffer würzen und anrichten.



hr1-DOLCE VITA

Anrichten:

Zuerst die Pastinake anrichten, dann die Roulade aufschneiden und darauf anrichten, oben drauf dann das Wachtelei und zum Schluss die Soße um den falschen Strammen Max anrichten.