



Hühnchenduett, Erbsenrahm, Süßkartoffelpüree

Cremig-kräutriges Ragout von saftiger Hühnerkeule und auf der Haut knusprig gebratene zarte Hähnchenbrust geben sich ein Stelldichein mit fluffig-buttrigem Süßkartoffelpüree. Sauerrahm ist willkommener Gegenspieler zur Süße der Kartoffel, Orangenabrieb bringt den fruchtigen Kick. Extra krosse Hühnerhaut on top macht glücklich.



Das Hühnerfrikassee

Hühnchenkeulen mit Lorbeerblättern, Gewürzen, Knoblauchzehe, Petersilienstielen in eine Kasserolle legen. Wein angießen und mit ca. 1 Liter Wasser auffüllen. Salzen, eine knappe Stunde leise simmern und Keulen anschließend im Sud abkühlen lassen. Sud passieren, Haut von den Keulen abziehen, darauf achten, dass sie möglichst nicht zerreißt, beiseitestellen. Fleisch vom Knochen lösen und in gefällige Stücke schneiden.

Tipp: Die Hühnerhaut zwischen zwei Backblechen kross ausbacken und als Topping zu dem Gericht servieren!

Erbsen kurz blanchieren und kalt abschrecken. Butter in der Kasserolle aufschäumen, Mehl hinzufügen und leicht Farbe nehmen lassen. Mit 2 Tassen vom Hühnersud ablöschen und glatt rühren. Noilly Prat und Hälfte der Sahne hinzufügen und die Béchamel 30 Minuten lang offen leise köcheln lassen, immer einmal wieder umrühren. Restliche Sahne halbsteif schlagen und bis zum Verwenden kalt stellen. Die Béchamel in zwei Hälften teilen. In der einen Hälfte das Fleisch behutsam aufwärmen. In der anderen Hälfte die Erbsen aufwärmen.

Vor dem Servieren die halbsteif geschlagene Sahne unter die Béchamel mit den Erbsen heben und kurz

mit Mixstab aufschäumen. Die Sauce soll luftig und leicht grün gefärbt, die Erbsen jedoch nicht alle zerstört sein. Mit Salz und Pfeffer abschmecken, mit etwas Limettensaft und -Abrieb würzen. Vor dem Servieren die Kräuter darüber streuen.

Die Hähnchenbrust und das Süßkartoffel-Püree

Olivöl mit Curry, Paprika, Sojasauce, Teriyakisauce, Saft und Abrieb von Limette und Zitronengras vermengen. Zusammen mit den Hühnerbrüsten in einen Gefrierbeutel geben, durchkneten, verschließen und mindestens 2 Stunden im Kühlschrank marinieren lassen. Zwischendurch einmal wenden. Brüste aus der Marinade nehmen und etwas abtropfen lassen, bei mittlerer Hitze auf der Hautseite anbraten, bis die Haut kräftig gebräunt ist. Unterseite mit der restlichen Marinade bestreichen. Brüste mit der Hautseite nach oben im auf 120 °C vorgeheizten Backofen 15 Minuten gar ziehen lassen. Eventuell gegen Ende die Grillfunktion zuschalten.

Die Süßkartoffeln schälen und in Würfel schneiden. In wenig Salzwasser mit Lorbeerblättern und Sternanis weich dünsten. Abgießen, zurück in den Topf geben, auf der abgeschalteten Herdplatte

10 Minuten ausdampfen lassen. Mit Sauerrahm und Nussbutter in einen Mixbehälter füllen und cremig aufmixen. Mit Chilisalz, Orangenabrieb, Ingwer, einigen Spritzern Orangensaft, Pfeffer und Muskat abschmecken.

Ragout und Süßkartoffelpüree nebeneinander auf Teller verteilen. Hähnchenbrust in Tranchen schneiden und auf das Püree setzen. Teller mit eini-

gen Kräuter- und Blütenblättchen sowie der Hähnchenhaut ausgarnieren.

Tipp: In zwei kleinen Portionsschälchen angerichtet kommt das Gericht als sehr eleganter Zwischengang infrage.

Zutaten

Für 4 Portionen

Das Hühnerfrikassee

Menge	Zutat
2	Hähnchenkeulen
1 Bund	Suppengrün (grob geschnitten)
1	Sternanis
2	frische Lorbeerblätter
6	Wacholderbeeren (angedrückt)
6	Pimentbeeren (angedrückt)
2 Stiele	Petersilie
Einige	getrocknete Steinpilze
Einige	getrocknete Tomaten
1	Knoblauchzehe
200 ml	trockener Weißwein
2 Tassen	Erbsen (TK)
2 EL	Butter
1 EL	Mehl
8 cl	Noilly Prat
1 Becher	Sahne
2 EL	frische Kräuter (gehackt)
1	Bio-Limette
	Chilisalz, Pfeffer

Zutaten

Die Hähnchenbrust und das Süßkartoffel-Püree

Menge	Zutat
2	Hühnerbrüste mit Haut
2 EL	Olivenöl
½ TL	Curry
½ TL	Paprika edelsüß
2 EL	Sojasauce
1 EL	Teriyakisauce
1	Bio-Limette
2 Stangen	Zitronengras (mehrfach angedrückt)
3 mittelgroße	Süßkartoffeln
2	Frische Lorbeerblätter
1	Sternanis
2 EL	Sauerrahm
1 EL	Nussbutter
1	Bio-Orange
½ TL	geriebener Ingwer
	Chilisalz, Pfeffer, Muskat