

Jörg Sackmann

Dienstag, 22. Dezember 2015

Mousse von der Perlhuhnkeule mit Sternanis, gerösteten Kürbiskernen und karamellisierten Chicoreeblättern Rezept für 4 Personen

Zutaten

1	Zwiebel
1/2 Stange	Lauch
1 Stange	Staudensellerie
4	Champignons
2	Tomaten
3	Perlhuhnkeulen
etwas	Salz, weißer Pfeffer
aus der Mühle	
1 EL	Olivenöl
100 ml	weißer Portwein
100 ml	Wermut
100 ml	Madeira
2 Zweige	Thymian
4	Sternanis
1	Knoblauchzehe
2	Lorbeerblätter
500 ml	Geflügelfond
6 Blatt	Gelatine
350 g	Sahne
10 ml	Anisschnaps



Für den Chicorée

2	Chicorée
1 TL	Zucker
40 ml	weißer Balsamico
50 g	Butter
etwas	Salz, Pfeffer aus der Mühle
2 EL	Kürbiskerne
2 EL	dunkler Balsamico
2 EL	Olivenöl
1 EL	Kürbiskernöl
2 EL	Geflügelfond

Zubereitung

Backofen auf 180 Grad vorheizen.

Zwiebel schälen und fein würfeln, Lauch und Staudensellerie waschen, putzen und in 1 cm große Stücke schneiden, Champignons in 1 cm große Würfel schneiden, Tomaten ebenfalls fein würfeln.

Perlhuhnkeulen mit Salz und Pfeffer würzen und in einem Schmortopf mit Olivenöl anbraten. Vorbereitete Gemüsewürfel zu den Perlhuhnkeulen geben und mitrösten. Nach und nach mit Portwein, Wermut und Madeira ablöschen und die Flüssigkeit einkochen lassen.

Thymian waschen, trocken schütteln, die Blättchen abstreifen, Sternanis fein mörsern, Knoblauch schälen, fein hacken und alles mit zum Schmoransatz geben. Mit Geflügelfond ablöschen und die Perlhuhnkeulen ca. 50 Minuten bei 180 Grad abgedeckt im Ofen langsam fertig garen.

Anschließend die gegarten Keulen herausnehmen und das Fleisch vom Knochen lösen. Das Fleisch in die reduzierte Sauce geben und mit dem Gemüse im Mixer fein pürieren. Durch ein feines Sieb streichen.

Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Gelatine in einem Topf mit 1 EL heißem Wasser auflösen, dann unter die Perlhuhnkeulencreme geben. Sahne halbfest aufschlagen, unter die Perlhuhncreme heben, mit Salz und Pfeffer abschmecken und aufschlagen. Die Perlhuhncreme mit Salz, Pfeffer und Anisschnaps abschmecken. Die Creme abgedeckt im Kühlschrank mindestens 3 Stunden fest werden lassen.

Den Chicorée halbieren, den Strunk entfernen und in Blätter teilen.

Zucker in einer Pfanne schmelzen, mit Balsamico ablöschen und Butter zugeben. Die Chicoréeblätter darin anschwitzen, mit Salz und Pfeffer würzen.

Kürbiskerne anrösten, mit etwas Zucker und Salz würzen.

Dunklen Balsamico, Olivenöl, Kürbiskernöl und Geflügelfond zu einer Vinaigrette vermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Chicoreeblätter auf dem Teller verteilen. Vinaigrette über den Chicoree geben. Aus der Perlhuhnkeulenmousse Nocken ausstecken und auf die Chicoreeblätter geben, mit gerösteten Kürbiskernen bestreuen und servieren

Pro Portion: 692 kcal / 2900 kJ

19 g Kohlenhydrate, 33 g Eiweiß, 43 g Fett