

Martina Kömpel
Gefüllte Wachtel

Mittwoch, 15. März 2017
Rezept für 4 Personen

Dauer: 1 Stunde
Schwierigkeitsgrad: schwer
Gourmet-Küche

Zutaten

1 kg	blaue Kartoffeln (z. B. Sorte St. Galler)
etwas	Salz
8	Wirsingblätter
4	Wachteln
1	Schalotte
50 g	Innereien von der Wachtel (Herz, Magen und Leber)
etwas	Pflanzenöl zum Anbraten
1 Scheibe	Toastbrot
1 EL	Haselnüsse
etwas	Pfeffer aus der Mühle
1	Knoblauchzehe
20 ml	Cognac
100 ml	Geflügelbrühe
1 Zweig	Thymian
1 EL	Trüffelbutter



Zubereitung

1. Die Kartoffeln gut bürsten und waschen und mit der Schale in einem Topf mit Salzwasser ca. 25 Minuten gar kochen.
2. In der Zwischenzeit die Wirsingblätter in einem Topf mit Salzwasser blanchieren, herausnehmen und gut abtropfen lassen.
3. Die Wachteln vorsichtig entbeinen, dabei mit einem scharfen Messer am Rücken entlang fahren, aufschneiden und die Knochen entfernen. Wichtig ist, dass beim Entbeinen die Haut nicht verletzt wird, also keine Löcher eingeschnitten werden.
Tipp: Aus den Karkassen kann ein Fond gekocht werden. Dazu die Karkassen mit etwas gewürfelm Wurzelgemüse und einer gewürfelten Zwiebel in einem Topf mit 2 EL Pflanzenfett anrösten, mit etwas Wasser ablöschen, 1 TL Pfefferkörner untermischen und ca. 40 Minuten köcheln lassen. Dann alles durch ein Sieb passieren und den Fond z.B. anstatt der Geflügelbrühe später zum Ablöschen des Bratensafts verwenden.
4. Den Backofen auf 180 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.
5. Für die Füllung die Schalotte schälen und fein schneiden. Die Innereien ebenfalls fein schneiden. In einer Pfanne etwas Öl erhitzen, die Schalotte darin anschwitzen, die Innereien zugeben und kurz mit anschwitzen.
6. Toastbrot in sehr kleine Würfel schneiden. In einer separaten Pfanne etwas Öl erhitzen und die Toastwürfel darin knusprig braten. Dann mit den Innereien mischen und abkühlen lassen.
7. Die Haselnüsse in einer Pfanne ohne Fett rösten, anschließend grob hacken.
8. Die entbeinten Wachteln auf die Hautseite legen. Die Innenseite mit Salz und Pfeffer würzen, darauf je ein Kohlblatt legen, dann etwas Brot-Innereien-Füllung darauf geben und alles zusammenklappen und mit einem Zahnstocher feststecken. Gefüllte Wachteln auch außen mit Salz und Pfeffer würzen.
9. Die Wachteln mit der Knoblauchzehe in eine backofengeeignete Pfanne geben und im vorgeheizten Ofen 6 Minuten garen, dann sind sie schön rosa und saftig.

10. Die Wachteln aus der Pfanne nehmen und warm stellen. Den Bratensatz mit Cognac und Geflügelbrühe (oder Wachtelfond) ablöschen, Thymian einlegen, etwas einkochen. Dann die Sauce mit kalter Trüffelbutter binden und abschmecken.

11. Die Kartoffeln in Scheiben schneiden, je 1 Wirsingblatt auf den Teller legen, darauf eine gefüllte Wachtel setzen, die Kartoffelscheiben außen herum legen und etwas Sauce angießen.

Pro Portion: 501 kcal / 2092 kJ

44 g Kohlenhydrate, 42 g Eiweiß, 13 g Fett