



Anmerkungen zum gewählten Menü

Auf das Rezept bin ich eigentlich per Zufall gestossen.

Als ich an einem Sonntag mein Abendessen kochen wollte, fand ich nebst einem Pouletoberschenkel noch Krautstiele, eine Passionsfrucht, für meine selbstgebackenen Nussbrote noch Baumnüsse und Orangen.

Irgendwie kam ich auf die Idee, das Grün der Krautstiele mit dem Poulet zu verbinden. So löste ich den Knochen heraus, so dass ich ein flaches Stück Poulet erhielt. Daraus formte ich dann die Pouletroulade mit dem Krautstielgrün.

Aus den Restlichen Zutaten entstand noch die Sauce und als Beilage die Krautstielstängel.

Ablauf	Zeit ca.
Besprechung	18.30 – 19.00
Hauptgericht	19.00 – 20.15
Dessert	20.45 – 21.45

Gefüllte Pouletrouladen

4 *Pouletschenkel (Knochen herausgelöst)*
1Kg *Krautstiel*
Salz und Pfeffer
Bratfett

Das Fleisch beidseitig gut salzen und pfeffern.

Krautstiel sehr sauber waschen, Stiele gründlich „abrebeln“. Das Grün von den Krautstielstängeln entfernen, allfällige dickere Rippen herausschneiden. Die grünen Blätter im siedenden Salzwasser zwei Minuten blanchieren. Herausnehmen und im kalten Wasser abschrecken, etwas ausdrücken und mit Haushaltspapier gut trocknen.

Den ausgelösten Pouletschenkel flach auf eine Folie legen, würzen und die grünen Blätter darauf regelmässig verteilen. Die Blätter sollen nicht über dem Fleisch vorstehen. Fleisch mit Hilfe der Folie zu straffen Rouladen drehen. Mit den speziellen Nadeln fixieren.

Die Rouladen im heissen Bratfett rundherum gut anbraten. Im auf 120 Grad vorgeheizten Ofen (ober-unterhitze) 20 Minuten garen.

Rouladen aus dem Ofen nehmen und in der Sauce 5 Minuten ziehen lassen.

Krautstiel als Gemüse

Weisses des Krautstiels
1 El *gehackte Zwiebeln*
Etwas Butter
Salz

Die weissen Stängel in zwei Zentimeter lange Stücke schneiden – beiseite stellen. Zwiebeln in etwas Butter dünsten, Krautstiele darunter mischen, etwas Wasser zufügen, leicht salzen und zugedeckt c. 5 Minuten dünsten.

Sauce

2 *Granatäpfel*
50g *Walnüsse, fein gehackt*
1 *Orange (Saft)*
1El *Pflaumenmus*
Muskat, Paprikapulver, Chilipulver, Salz, Pfeffer

Die Granatäpfel und die Orange halbieren und auspressen. Von einem halben Granatapfel die Kerne lösen und beiseite legen.

Im Bratfett die Walnüsse leicht anrösten, Granatapfelsaft und Orangensaft dazugiessen und das Pflaumenmus unterrühren. Mit Muskat, Paprika, Chili, Salz und Pfeffer abschmecken und die Sauce ca. 10 Minuten köcheln lassen.

Nudeln „Chinoise“

70 g /Person

Nach Packungsangaben kochen

Anrichten

Nadeln aus dem Fleisch entfernen

Wein

Orangencreme auf Erdbeercarpaccio mit Orangen-Sirup

Creme

3	<i>Eier</i>
3	<i>grosse Orangen</i>
200 g	<i>Zucker</i>
100g	<i>Butter</i>
2 El	<i>Vanillepuddingpulver</i>

Erdbeeren

500g	<i>Erdbeeren</i>
1 El	<i>Zucker</i>
	<i>etwas Puderzucker</i>
1	<i>Schuss Cointreau</i>

Die Orangen gründlich heiss waschen und die Schalen von 2 Orangen mit einer Reibe abreiben. Die 2 Orangen auspressen, es sollte ca. 200 ml Saft ergeben, sonst eventuell eine weitere Orange auspressen.

Puddingpulver und 100 g des Zuckers unter den Orangensaft mischen. Butter in der Pfanne schmelzen und den Orangensaft dazu geben. Mit stetem Rühren (Schneebeesen) zum Kochen bringen und die Zesten darunter rühren.

Für die Orangencreme die Eigelbe mit 100 g des Zuckers im heissen Wasserbad (Bain Marie) aufschlagen, bis die Masse hell , schaumig und steif wird.

Orangenmasse nun nach und nach unter die Eigelbmasse rühren. Mit der Chromstahlschüssel in kaltes Wasser stellen und kaltrühren.

Wenn die Eigelbmasse kalt ist, das Eiweiss steif schlagen und vorsichtig unter die Eigelbmasse ziehen.

Zum schön anrichten in einen Dressiersack füllen und kaltstellen.

Die dritte Orange auspressen und mit dem Zucker und einem Schuss Cointreau oder Grand Marnier zu einem Sirup einkochen lassen. Für das Erdbeercarpaccio die Erdbeeren waschen und in Scheiben schneiden.

Anrichten

Die Hälfte der Erdbeeren sternförmig auf Tellern anrichten. Den Sirup auf die Erdbeeren träufeln. Dann jeweils einen Klecks der Orangencreme auf die Erdbeeren setzen und noch die restlichen Erdbeeren in die Creme stecken. Eventuell mit Puderzucker bestreuen.