

Gefüllte Perlhuhnbrust mit Spinat-Ricotta und Zitronenjus

Zwiebel küsst Zitronenjus: Diese kleine, saure Kombi hebt eine gefüllte Perlhuhnbrust nochmal auf ein ganz anderes Level – und der Camargue-Reis gibt das erdige Kontra. Haute Cuisine mit Augenzwinkern 😊

Rezept herunterladen

Zutaten

- Fleisch
- 2 Perlhühner oder 4 ausgelöste Perlhuhnbrüste mit Haut
- Salz
- Pfeffer
- Butterschmalz oder neutrales Öl zum Braten
- Füllung
- 150 g Ricotta
- 1 Handvoll frischer Spinat
- Abrieb von 1 Bio-Zitrone
- 1 kleine Knoblauchzehe, fein gerieben
- Salz
- Pfeffer
- Chiliflocken
- Zitronenjus
- Karkassen & Abschnitte vom Perlhuhn
- 1 Möhre
- 1 rote Zwiebel
- 1 EL Tomatenmark
- 100 ml Rotwein
- 500 ml Geflügelfond
- 1 EL Zitronensaft

- Camargue-Reis
 - 150 g roter Camargue-Reis
 - 1 kleine Schalotte
 - 1 EL Olivenöl
 - ca. 600 ml heißer Gemüse- oder Geflügelfond
 - 1 EL Butter
 - Salz
 - Pfeffer
 - Zwiebeln
 - 2 rote Zwiebeln, geschält, halbiert
 - 100 ml Weißweinessig
 - 100 ml Wasser
 - 1 TL Zucker
 - ½ TL Salz
 - optional: 1 Lorbeerblatt, Senfkörner, rosa Pfeffer
-

Zubereitung

Schritt 1

Ricotta mit Zitronenabrieb, Knoblauch, Salz, Pfeffer und Chili vermengen. Spinat kurz blanchieren, hacken und untermischen.

Schritt 2

Brust füllen: Tasche in die Perlhuhnbrust schneiden, Füllung einfüllen, mit Zahnstochern oder Garn verschließen. Salzen, pfeffern.

Schritt 3

Braten & Garen: In heißem Fett rundum anbraten, dann bei 160 °C ca. 15–18 Minuten im Ofen garen. Danach kurz ruhen lassen.

Schritt 4

Zitronenjus: Knochen & Gemüse anrösten, Tomatenmark einrühren, mit Rotwein ablöschen, Fond zugeben. 30 Min. köcheln lassen, passieren, mit Zitronensaft abschmecken und einkochen.

Schritt 5

Camargue-Risotto: Schalotte in Öl anschwitzen, Reis zugeben, nach und nach Fond angießen und rühren. Nach ca. 30 Minuten mit Butter verfeinern, abschmecken.

Schritt 6

Pickled Zwiebeln: Zwiebeln halbieren und mit den übrigen Zutaten 15 Min. leicht simmern lassen. Abkühlen lassen – sie werden dabei schön glasig und mild-säuerlich.

Schritt 7

Anrichten: Perlhuhnbrust aufschneiden, auf dem Camargue-Risotto anrichten. Mit Zitronenjus und den gepickelten roten Zwiebeln garnieren. Mit Babyspinat und Zitronenspalte dekorieren.

Benedikts „Faust“regel:

Mit diesen Produkten wird's besonders lecker



WOLL® Diamond Lite
3tlg. Bratpfannen-Set 20,
24 & 28cm, inkl. 2tlg.
Pfannenschutz
€ 179,99



WOLL® Diamond Lite
Topf-Set, 3tlg. Ø 20, 24 &
28cm jeweils mit Deckel
€ 259,99



KOCHBLUME®
Gewürzmöhlen inkl.
Auffangkappe 5
verstellbare Mahlgrade, 2
Stück
€ 54,99



WOLL® Rühr- &
Schwenkpfanne
9cm hoch inkl. C
Pfannenwender
€ 79,99