

Gefüllte Hühnerbrust auf Minz-Erbsenpüree

Zutaten für die Hühnerbrüste (für 4 Personen):

- 4 Hühnerbrüste
- 100 g blanchierter Spinat
- 200 g Ricotta
- 2 Eigelb
- 8 Scheiben dünn geschnittener Bauchspeck
- 160 g Mini-Möhren
- 1 Zehe Knoblauch
- 100 ml Orangensaft
- 50 ml Olivenöl
- Salz
- Pfeffer

Den Bauchspeck (alternativ: Pancetta) auf ein Backblech legen, mit Pergament-Papier abdecken, darauf ein weiteres Backblech legen. 2 Stunden im Ofen bei 80 Grad garen, bis der Schinken trocken und brüchig ist. Alternativ kann man den Speck auch kross in einer Pfanne ausbraten und anschließend auf Küchenpapier entfetten.

Mit einem langen Messer eine tiefe Tasche in die Hühnerbrüste schneiden. Blanchierten Spinat mit Ricotta und Eigelb vermischen und mit Salz und Pfeffer würzen. Hühnerbrüste damit füllen und verschließen, beispielsweise mit Holzstäbchen.

Hühnerbrüste von beiden Seiten mit wenig Öl einstreichen. Sollte noch Ricotta-Spinatmasse übrig sein, kann man diese auf den Hühnerbrüsten verteilen. Anschließend bei 200 Grad im Ofen garen. Das dauert je nach Größe der Hühnerbrüste 20-30 Minuten. Falls nötig, zwischendurch die austretende Flüssigkeit der Füllung abgießen.

Knoblauch schälen und zerdrücken. Mini-Möhren schälen und schräg in Scheiben schneiden. Knoblauch in etwas Öl glasig anbraten, Möhren, Orangensaft, Salz und Pfeffer hinzufügen und bissfest dünsten.

Zutaten für die Chorizo-Soße:

- 50 g Zwiebeln
- 2 Zehen Knoblauch
- 100 g Chorizo
- 1 EL Tomatenmark
- 200 ml Hühnerbrühe
- 100 ml Crème fraîche
- 0,2 Bund Schnittlauch
- etwas Öl
- Salz

Zwiebel schälen und klein hacken, Knoblauch schälen und zerdrücken. Chorizo-Wurst in dünne Scheiben schneiden.

Zwiebeln in Öl glasig anschwitzen. Knoblauch hinzufügen und 2 Minuten weiter braten. Chorizo hinzufügen und 2 Minuten erhitzen, anschließend Tomatenmark, Hühnerbrühe und Crème fraîche hinzufügen. Auf kleiner Flamme 5 Minuten garen. Anschließend mindestens 5 Minuten pürieren. Durch ein Sieb passieren und abschmecken.

Zutaten für das Minz-Erbsenpüree:

- 25 g Zwiebeln
- 200 g tiefgefrorene Erbsen
- 1 Zehe Knoblauch

- 200 ml Sahne
- 200 ml Weißwein
- 1 TL Minze

Zwiebeln klein schneiden und circa 2 Minuten anschwitzen. Knoblauch schälen, zerdrücken und hinzufügen. Zusammen 1 Minute anbraten. Wein hinzufügen und auf die Hälfte reduzieren. Sahne dazugeben und einkochen, bis die Flüssigkeit eindickt. Mit den Erbsen und der klein geschnittenen Minze vermischen und grob pürieren.

Anrichten:

Minz-Püree auf Tellern anrichten. Die Hühnerbrust in Scheiben schneiden, auf das Püree legen und mit den Möhren umgeben. Drumherum die Chorizo-Soße arrangieren und zum Schluss mit dem getrockneten Bauchspeck garnieren.

Sendetermin: 31.12.2023

Koch/Köchin: Anton Edelmann

Weitere Rezepte und Tipps auf: www.ndr.de/kochen