

Geflügel Rezepte

Geflügel Champignonfleisch

Anzahl: 2 Portionen

Gattung: Champignon, Geflügel

1	Tomate		Paprika (edelsüß)
1/2	Schalotte	2	Essl. Balsamicoessig
	flache Petersilie	1/2 dl	Weißwein
100 g	Champignons	1/2 dl	Bouillon (oder Fond)
300 g	Geflügelbrustfleisch	4	Essl. Doppelrahm
1	CL Butter		Salz
	Gewürzmischung		Curry
1/2	CL Butter		Cayenne
1/2	Knoblauchzehe		

Tomate während ca. 15 Sek. in kochendes Wasser tauchen, Haut abziehen, entkernen und das Tomatenfleisch in kleine Würfel schneiden. Die Schalotte sehr fein schneiden und von der Petersilie die Blättchen zupfen. Von den Champignons die erdigen Teile wegschneiden. Die Pilze mit einem Küchenpapier sauber reiben und nur notfalls unter sanft fließendem Wasser abspülen. Dann die Champignons in kleine Würfel schneiden. Geflügelfleisch (ohne Haut) in Würfel von ca. 3x3 cm schneiden, mit der Gewürzmischung würzen und in einer Bratpfanne in der aufschäumenden Butter bei großer Hitze während ungefähr 1 Min. sautieren. Geflügelfleisch zugedeckt auf einem Teller am Herdrand warm stellen. Butter zum Bratensatz geben und die fein gewürfelte Schalotte goldgelb anziehen. Champignons zufügen und so lange bei großer Hitze sautieren, bis alle Flüssigkeit verdampft ist. Tomatenwürfelchen zufügen, mit einer Spur Paprika bestäuben, Knoblauchzehe dazupressen und alles unter ständigem Wenden bei großer Hitze zu einer schönen Farbe anziehen. Jetzt mit dem Balsamicoessig ablöschen und diesen fast völlig reduzieren, weil Sie nur sein wundervolles Aroma brauchen. Weißwein und Bouillon (oder Geflügelfond) zufügen und alles bei großer Hitze zu einer sirupartigen Konsistenz kochen. Zum Schluss den Rahm beigen, Bratpfanne vom Herd ziehen und die Sauce vorsichtig mit Salz, einer Spur Curry und einem Hauch Cayenne würzen. Die Sauce nochmals kurz erhitzen, das Geflügelfleisch sekundenschnell in der Sauce erwärmen, auf große heiße Teller verteilen und abschließend mit den Petersilienblättchen bestreuen.