

Geflügel Rezepte

Geflügel Mit Gefüllte Kohlrabi

Anzahl: 4 Personen - Gattung: Geflügel, Gefüllt, Gemüse, Pilze

4	Frische Kohlrabi	2	Essl. Creme fraiche (evtl. mehr)
2	kleine Hähnchenbrustfilet	250 ml	Fleischbrühe
2	Karotten		Salz, weißer Pfeffer
1	Zwiebel	1/2	Bund Petersilie
150 g	Champignons	Ö	Liter und Butter zum Anbraten
1	Becher Schlagsahne		

Karotten, Zwiebel schälen, Champignons putzen und in kleine Würfel schneiden. Petersilie waschen, fein schneiden. Hähnchenbrustfilet waschen, abtrocknen und in kleine Würfel schneiden.

Öl mit Butter in einer Pfanne erhitzen.

Die Hähnchenwürfel kurz anbraten, zur Seite stellen, salzen und pfeffern. Mit etwas Fett zuerst die Zwiebeln glasig, nun das übrige Gemüse sanft anbraten. Das Gemüse mit 1 schwachen EL Mehl bestäuben, mit 100 ml Sahne ablöschen und etwas einkochen lassen. Gut die Hälfte des Gemüses zu dem Hähnchen geben, Petersilie dazugeben und mit Salz und weißem Pfeffer gut würzen.

Einen Topf mit Salzwasser zum Kochen bringen. Die Kohlrabis schälen und 6 Minuten kochen lassen. Anschließend herausnehmen, abschrecken und einen Deckel abschneiden und aushöhlen.

Die Kohlrabi mit der Gemüse-Fleisch-Mischung füllen, den Deckel aufsetzen und in eine eingefettete Auflaufform nebeneinander setzen. Den Rest vom Gemüse und die klein geschnittenen Kohlrabistücke um die Kohlrabi legen. Die Fleischbrühe und Sahne zugießen und im vorgeheizten Backofen bei 200°C 40-45 Minuten garen lassen.

Danach die Kohlrabi warmstellen. Den Sud mit dem Stabmixer pürieren und mit Salz, Pfeffer, Creme Fraiche abschmecken. Nach Bedarf noch Brühe zugeben.

Tip: Dazu passen Kartoffeln oder Reis.