

Geflügel Rezepte

Geschnetzeltes Geflügelfleisch

Anzahl: 2 Personen - Gattung: Curry, Poularde, Gewürze, Pikant

2	Poulardenbrüstchen (je ca. - 150 g)		Zucker
		1/2 dl	Weißwein
1	kleine Apfel	1/2 dl	Bouillon (oder Fond)
1	Essl. Mandelsplitter	4	Essl. Doppelrahm
1	Cl Madrascurry		Salz
	Salz, weißer Pfeffer		Cayenne
1	Cl Traubenkernöl		Zitronensaft
1	Cl Butter		

Die Haut vom Brustfleisch ablösen und das Fleisch mit einem scharfen Messer quer zur Brust in dünne Scheiben schneiden. Apfel schälen, Stielansatz und Kernhaus entfernen und den Apfel ebenfalls in feine Scheiben schneiden. Mandelsplitter in einer trockenen beschichteten Bratpfanne goldgelb rösten.

Das Fleisch mit Salz und weißem Pfeffer aus der Mühle würzen und mit einem gehäuften Kaffeelöffel Madrascurry bestäuben. Das Öl in einer beschichteten Bratpfanne stark erhitzen, das Fleisch zufügen und sekundenschnell bei großer Hitze sautieren. Sobald das Fleisch Farbe annimmt, Butter zufügen und während ein paar weiteren Sekunden durchschwenken. Dann aber das Fleisch sofort in die Mitte von zwei großen heißen Tellern verteilen.

Apfelscheiben in der restlichen Bratbutter unter Zufügen von einer Spur Zucker goldbraun karamellisieren und zum Fleisch geben. Bratensatz mit dem Weißwein auflösen und bei großer Hitze auf die Hälfte reduzieren. Bouillon (oder Geflügelfond) zufügen und immer noch bei großer Hitze sirupartig einkochen lassen. Rahm begeben und die Sauce vorsichtig mit Salz, einem Hauch Cayenne sowie ein paar Tropfen Zitronensaft würzen. Das Fleisch mit der heißen Sauce überziehen und zum Schluss mit den gerösteten Mandelsplittern bestreuen.