

# Geflügel Rezepte

## Fenchelsalat Mit Gebratenem Geflügel a la Provence

Anzahl: 2 Portionen

Gattung: Fenchel, Huhn, Salat

---

1	Perlhuhnbrust	30 g	Ziegenkäse
2	Fenchelknollen	1	Pfirsich
4	Essl. Zitronensaft		Curry
8	Essl. Olivenöl; kalt gepresst		Salz Pfeffer; schwarz
4	Essl. Petersilie; fein geschnitten		

---

Die Perlhuhnbrust mit Salz Pfeffer und Curry einreiben. In einer Pfanne mit 1 EL Olivenöl die Perlhuhnbrust von jeder Seite ca. 4 Minuten braten; bis sich die Poren geschlossen haben und die Haut ganz weiß geworden ist. Dann die Perlhuhnbrust in Alufolie einpacken und ca. 10 Minuten ruhen lassen.

Fenchelknollen putzen; alle harten und verfärbten Außenblätter entfernen. Knollen halbieren; den Strunk entfernen und Fenchel in ganz feine Scheiben schneiden. Aus Zitronensaft; Olivenöl und etwas Salz eine Vinaigrette mischen und die Petersilie unterrühren. Hühnerbrust auspacken und in feine Streifen schneiden.

Fenchel; Hühnerbrust und Vinaigrette gut vermischen und mindesten 30 Minuten ziehen lassen. Den Pfirsich halbieren; den Kern entfernen und in feine Spalten schneiden.

Den Fenchelsalat auf Tellern anrichten; mit Pfirsichspalten garnieren und diese leicht mit Curry bestäuben.

Vom Ziegenkäse die Rinde wegschneiden und den Käse über den Salat raspeln; darüber schwarzen Pfeffer mahlen.