

# Weihnachten Rezepte

## Perlhühner mit Orangen Jus und geschmolzenen Tomaten

Anzahl: 4 Portionen

Gattung: Geflügel, Orangen, Perlhuhn, Tomaten, Weihnachten

---

90 g	Butter	1	Bund Suppengrün
10 g	Mehl	200 g	Schalotten
2	Perlhühner, küchenfertig - je ca. 1,1 kg	3	Wacholderbeeren
	Salz	2	Lorbeerblätter
	weißer Pfeffer adM	1	Teel. weiße Pfefferkörner
7	unbehandelte Orangen Bio- - Orangen (Ph)	400 ml	Orangensaft, frisch gepreßt
6	Zweige Rosmarin	500 ml	Geflügelfond (aus dem Glas) - bei Umluft 200 ml mehr
1	Essl. Öl	600 g	feste reife Tomaten
		1	Essl. Zucker

---

(4-6 Portionen) 10 g Butter mit dem Mehl verkneten und ins Gefrierfach legen. Die Perlhühner kalt abspülen und von innen und außen mit Salz und gemahlenem Pfeffer einreiben. 1 Orange halbieren, in jedes Perlhuhn eine Orangenhälfte und 3 Zweige Rosmarin geben. Die Perlhühner mit Küchengarn zusammenbinden. 20 g Butter mit dem Öl in einer großen Pfanne erhitzen. Die Perlhühner auf den Keulen ungefähr 3-4 Minuten im heißen Fett anbraten, dann in eine Arbeitsschale legen. 30 g Butter in einem Topf schmelzen und die Perlhühner damit bepinseln. Das Suppengrün putzen und in Würfel schneiden, die Schalotten pellen und vierteln, beides im heißen Bratfett unter Wenden leicht anrösten. von 1/2 Orange die Schale dünn abreiben. Die Wacholderbeeren, die Lorbeerblätter, die weißen Pfefferkörner und die abgeriebene Orangenschale zum gewürfelten Suppengrün geben und mitdünsten. mit 250 ml Orangensaft ablöschen und 5 Minuten einkochen. Das Gemüse in einen großen Bräter geben. Die Perlhühner daraufsetzen und im vorgeheizten Backofen auf der 2. Einschubleiste von unten 1 Stunde bei 200 Grad garen (Gas 3, Umluft 50 Minuten bei 180 Grad, dabei zusätzlich 200 ml Geflügelfond angießen). Nach 15 Minuten 250 ml Fond über das Geflügel gießen. Inzwischen den Stielansatz der Tomaten keilförmig herausschneiden, die Tomaten blanchieren, abschrecken, häuten, vierteln und entkernen. von 1/2 Orange die Schale mit einem Sparschäler abschälen und in schmale Streifen schneiden. Die restlichen Orangen wie Äpfel schälen, dabei das bittere Weiße vollständig entfernen. Die Orangenfilets zwischen den Trennhäuten herausschneiden. Die Perlhühner nach Ende der Garzeit aus dem Bräter nehmen und im ausgeschalteten Backofen warm halten. Die Röststoffe mit einem Pinsel vom Rand des Bräters lösen. Den Fond mit Gemüse durch ein Sieb in einen Topf geben, dabei das Gemüse gut ausdrücken. Den restlichen Geflügelfond dazu gießen, auf die Hälfte einkochen, salzen und pfeffern. Zuletzt die Mehlbutter grob hacken und in die kochende Sauce rühren, bis sie leicht bindet. Den Zucker in einer großen Pfanne schmelzen. Die restliche Butter dazugeben, mit dem restlichen Orangensaft ablöschen und auf zwei Drittel einkochen. Die Tomatenviertel und die abgetropften Orangenfilets 2 Minuten im Orangensud schwenken, salzen und pfeffern. Die Perlhühner aus dem Backofen nehmen, tranchieren und mit Orangen-Jus, Orangenfilets und Tomaten servieren. Dazu passen gekochte Kartoffelklöße (siehe Rezept).