

▪ Die Küchenschlacht – Menü am 16. Juli 2021 ▪
Finalgericht von Cornelia Poletto



Lackierte Perlhuhnbrust mit Karotten-Fregola-sarda und Vadouvan

Zutaten für zwei Personen

Für die Perlhuhnbrust: Den Ofen auf 140 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.
2 Perlhuhnbrüste, mit Haut Rosen-Balsam-Essig auf 60 ml einkochen. Rosmarin und Thymian
30 g kalte Butter abbrausen und trockenwedeln. Perlhuhnbrüste salzen und in Olivenöl auf
100 ml Rosen-Balsam-Essig der Hautseite anbraten. Anschließend wenden und mit den
2 Zweige Rosmarin Kräuterzweigen im vorgeheizten Ofen ca. 15 Minuten garen, bis das
2 Zweige Thymian Fleisch eine Kerntemperatur von 56 Grad erreicht hat. Rosen-Balsam-
Olivenöl, zum Anbraten Essig-Reduktion erhitzen und mit der kalten Butter montieren. Brüste
Salz, aus der Mühle damit glasieren und unter der Grillstufe 5 Minuten „krossen“.



**PROFI
TIPP**

Bekommt man keinen fertigen Rosen-Balsam-Essig, kann man ihn auch selber herstellen. Dafür hellen Balsamico mit 1 TL getrockneten Rosenblättern mindestens 24 Stunden ziehen lassen, dann passieren und je nach Geschmack 1-2 Tropfen Rosenwasser zufügen.

Für die Fregola: Schalotte und Knoblauch abziehen und klein hacken. Parmesan reiben.
160 g Fregola sarda Anschließend Karotten schälen, von Enden befreien und fein würfeln.
2 Karotten Schalotten- und Knoblauchwürfel mit Vadouvan in 2 EL heißem Olivenöl
2 Zweige Karottengrün glasig anschwitzen. Karottenwürfel und Fregola dazugeben, kurz anrösten
1 Schalotte und mit Weißwein ablöschen. Einkochen lassen und mit heißem Fond
1 Knoblauchzehe bedecken. Diesen Vorgang so oft wiederholen, bis die Fregola „al dente“
50 g Parmesan gegart sind. Vom Herd nehmen und unter ständigem Rühren mit etwas
50 ml Weißwein Olivenöl, geriebenem Parmesan, Salz und Pfeffer abschmecken.
800 ml Geflügelfond Karottengrün abbrausen, trockenwedeln, fein schneiden und unterheben.
1 TL Vadouvan
Bestes Olivenöl, zum Anschwitzen
Feines Meersalz
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Karotten: Karotten schälen und in schäumender Butter bissfest dünsten. Mit Salz
6 kleine Karotten, mit Grün und Pfeffer abschmecken.
1 TL Butter
Feines Meersalz
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Garnitur: Fregola auf zwei vorgewärmten Tellern anrichten. Je eine Perlhuhnbrust
60 ml Geflügeljus und einige Karotten hübsch anrichten und mit der Jus und den
1 TL getrocknete Rosenblätter getrockneten Rosenblättern fertigstellen. Das Gericht servieren.

usatzzutaten von Berta: *Berta verwendete keine Zusatzzutaten.*
keine

Zusatzzutaten von Simona: *Simona verfeinerte den Sud der Perlhuhnbrust mit Tomatenmark und
1 Orange, 1 EL Tomatenmark, 100 ml Rotwein. Den Saft einer halben Orange hat sie den Karotten beigemischt.*