▪ Die Küchenschlacht – Menü am 08. Juli 2021 ▪
Tagesmotto „Federvieh“ mit Johann Lafer



Dagmar Statz

Suprême vom Perlhuhn mit Kirschtomaten-Confit und Zucchini-Nudeln mit Thaibasilikum-Pesto

Zutaten für zwei Personen

Für die Marinade:
2 Knoblauchzehen
2 TL frischen Ingwer
2 EL Sojasauce
2 TL dunkles Sesamöl
2 EL Sake
2 TL Zucker

Den Backofen auf 100-120 Grad Ober-/ Unterhitze vorheizen.
Knoblauch abziehen und hacken. Ingwer ebenfalls hacken.
Knoblauch und Ingwer in eine Schüssel geben und mit Sojasauce, Sesamöl, Sake, Zucker und 2 Esslöffel Wasser verrühren.

Für das Perlhuhn:
2 Supreme vom Perlhuhn
2 EL Kartoffelstärke
Sonnenblumenöl, zum Braten
2 EL Olivenöl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Fleisch waschen und trockentupfen. In einen Klarsichtbeutel geben, die Marinade angießen und für 10 Minuten ziehen lassen. Danach abtropfen lassen. Fleisch in Kartoffelstärke wenden. Eine Pfanne erhitzen, Öl dazugeben, das Fleisch von allen Seiten anbraten und anschließend im vorgeheizten Backofen 15 Minuten ziehen lassen. Ggf. mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Kirschtomaten-Konfit:
10 Kirschtomaten
1 Schalotte
1 Knoblauchzehe
1 cm Ingwer
1 rote Chilischote
2-3 EL Apfel-Balsamico
1 EL Sojasauce
1 TL Zucker
Olivenöl, zum Braten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Kirschtomaten waschen, trockentupfen und halbieren. Schalotte und Knoblauch abziehen und hacken. Ingwer schälen und hacken. Schalotte in einer Pfanne mit etwas Olivenöl glasig anschwitzen. Knoblauch, Ingwer, Sojasauce und Apfel-Balsamico dazugeben, anschließend die halbierten Tomaten hinzufügen und 2 Minuten braten. Chilischote abbrausen, trockentupfen und in Ringe schneiden. Mit in die Pfanne geben und alles ziehen lassen. Mit Zucker, Salz und ggf. Pfeffer abschmecken.

Für das Thai-Basilikum-Pesto:
1 Bund Thai-Basilikum
1 Knoblauchzehe
2 cm Ingwer
4 EL Sonnenblumenöl
1 Prise Palmzuckerpulver
1 Prise Salz

Thai-Basilikum abbrausen und trockenwedeln. Knoblauch abziehen. Ingwer schälen. Basilikum, Knoblauch, Ingwer, Öl, Palmzuckerpulver und Salz in einen Multizerkleinerer geben und fein pürieren. Erneut mit Salz abschmecken.

Für die Nudeln:
1 Zucchini
1 EL eingelegter rosa Sushi-Ingwer

Zucchini abbrausen, trockentupfen und mit einem Spiralschneider in lange Spiralen schneiden. In eine Pfanne geben, das hergestellte Pesto hinzugeben, alles gut verrühren und warm werden lassen. Am Ende Ingwer unterrühren. Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.