▪ Die Küchenschlacht – Menü am 9. Juli 2020 ▪
Warenkorb „Putenbrust, Gelbe Linsen, Spinat“ mit Mario Kotaska

Frank Reetz

Puten-Roulade mit Spinat-Schafskäse-Füllung in Schmand-Sauce und Linsenpüree

Zutaten für zwei Personen

Für die Puten-Rouladen:
2 Putenbrustfilets
150 g Spinat
1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe
1 Zitrone
40 g Schafskäse
3 EL Schmand
250 ml Geflügelfond
Speisestärke, zum Binden
Olivenöl, zum Braten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Zwiebel abziehen, fein würfeln und in Olivenöl glasig anschwitzen. Spinat putzen, waschen und trockenschleudern. Grob hacken. Knoblauch abziehen, pressen und mit dem Spinat vermengen. Schafskäse mit einer Gabel zerdrücken. Angeschwitzte Zwiebeln und Schafskäse zum Spinat geben und alles gut miteinander vermengen. Zitrone halbieren und den Saft auspressen. Füllung mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken.

Putenbrust waschen, trockentupfen und dünn zu einer Roulade schneiden. Mit Salz und Pfeffer würzen. Die Spinat-Schafskäse-Füllung gleichmäßig auf den zwei Fleischscheiben verteilen, dann eng aufrollen und mit Holzspießen fixieren.

Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Rouladen von allen Seiten kräftig anbraten. Geflügelfond angießen und bei mittlerer Hitze zugedeckt ca. 15-20 Minuten fertiggaren. Rouladen aus der Pfanne nehmen und warmhalten.

Sud durch ein Sieb passieren, dann Schmand einrühren und die Sauce cremig einkochen. Ggf. mit etwas Speisestärke binden. Die Sauce mit Salz und Pfeffer würzen. Vor dem Servieren die Rouladen in die Sauce legen und mit der Sauce nappieren.

Für das Linsenpüree:
250 g gelbe Linsen
1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe
1 Zitrone
125 g Schmand
30 g Butter
250 ml Gemüsefond
½ Bund glatte Petersilie
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Linsen in Gemüsefond ca. 20 Minuten kochen. Abgießen und abtropfen lassen. Petersilie abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Knoblauch abziehen und zerdrücken. Knoblauch und Petersilie vermengen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Zwiebel abziehen und fein würfeln. Zitrone unter heißem Wasser abspülen und die Schale abreiben. Dann die Zitrone halbieren und den Saft einer Hälfte auspressen. Butter in einen Topf geben und auslassen. Zwiebel und Zitronenabrieb darin anschwitzen. Anschließend die gekochten Linsen mit Schmand, Petersilien-Knoblauch-Mischung, angeschwitzter Zwiebel-Zitronen-Mischung und Zitronensaft in einen Mixer geben und zu einem feinen Püree verarbeiten. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.