

Huhn-Maroni

(Volkmar, 2011)

Zutaten für 4 Personen:

- 4 Hühnerfilets oder Brüste mit Haut
Salz, Pfeffer
- 20 Maroni
- 2 Zweige Rosmarin
- 2 Zweige Minze
- 5 g Orangensenf
- 60 g Butter
- 1/8 l Weißwein
- 160 g Basmati-Reis
Curry-Gemisch

- 2 Bananen
- 80 g schwarze Kuvertüre
- 10 g Butter
- 65 g (1 Becher) Bio-Joghurt-Müsli
Zimt
- 30 g Marzipan-Rohmasse
- 8 getrocknete, entkernte Datteln
- 8 Physalis-Früchte
- 4 El Preiselbeer-Marmelade

Zubereitung:

50 g Butter zur Schaumbildung erhitzen, die Filets salzen, pfeffern, scharf anbraten, Brüste erst auf der Fleisch-, dann auf der Hautseite anbraten. Für die letzten Minuten Rosmarin und Minze zugeben, evtl. einige Blätter Minze gesondert frittieren (Achtung! Deckel). Alles entnehmen, das Fleisch in eine Bratpfanne geben und bei 65° im Rohr für ~30 Minuten rasten lassen.

Reis mit der 2½ fachen Menge Wasser, etwas Butter, Salz und Currypulver erst aufkochen, dann langsam zugedeckt dünsten.

In dem Bratensaft die geschälten, gekochten Maroni anrösten, danach mit dem Wein lösen, 1/8 l Wasser zugeben und mit Orangensenf verfeinern, langsam einreduzieren.

Für das Dessert in einer anderen Pfanne Butter zum Schäumen bringen, Bananen in Hälften mit der Schnittfläche nach unten anbraten, entnehmen, auf Desserttellern anrichten, Schokolade über Wasserdampf schmelzen, Bananen glasieren, mit Physalis und den – mit Marzipan gefüllten – Datteln und Physalis sowie den Preiselbeeren garnieren, das Müsli auftragen, mit Zimt bestreuen und die fertig dekorierten Teller kurz kalt stellen.

Den fertig gedünsteten Reis mit einem kalt befeuchteten Schöpfer auf die Teller geben, die Filets aus dem Rohr nehmen, auf dem Reis anrichten, mit Maroni und frittierten Minzblättern oder einem kleinen Stämmchen Rosmarin dekorieren, die einreduzierte Sauce bei Bedarf mit ein wenig kalter Butter montieren und darüber gießen.

