



Fasanenbrüstchen im Speckmantel, Trauben-Champagnerkraut

Zutaten für 10 Personen

20 ml Honig, flüssig
50 ml Rapsöl
Zitronenthymian, Orangenschale abgerieben, ungespritzt, Paprika edelsüß
1,5 kg Fasanenbrüstchen, ohne Knochen
0,1 kg Zwiebeln, in Streifen
0,1 kg Butter
1,0 Kg Sauerkraut aus dem Faß
0,5 l Klarer Gemüsebrühe
Lorbeer, Nelke, Wachholderbeere
0,1 Kg Kartoffel, roh
0,5 kg Trauben, halbiert, ohne Kerne
0,2 kg Speckscheiben, dünn geschnitten
Chilly-Salz (zum Würzen der Fasanenbrüstchen)
1 Glas Champagner, für das Kraut
1,0 kg Kartoffelstampf mit Mangold, fertig

Zubereitung

1. Den Honig mit dem Rapsöl gut verrühren, Zitronenthymian, abgeriebene Orangenschale und Paprika edelsüß dazu geben, die Fasanenbrüstchen damit marinieren und auf Backbleche setzen.
(Kein Salz dazu geben sonst zieht das Fasanenbrüstchen Wasser)
2. Inzwischen die Zwiebel in Butter glacieren, das Sauerkraut dazugeben mit anschwitzen, mit Gemüsebrühe auffüllen, Gewürze dazugeben und leicht köcheln lassen.
(Die Gewürze in ein Teeei geben, sind dann einfacher aus dem Kraut zu entfernen.)
3. Nach dem Entfernen der Gewürze, das Kraut mit fein geriebener roher Kartoffel abbinden, die Trauben auf dem Kraut erwärmen.
4. Das Fasanenbrüstchen mit Chilly Salz würzen mit Speck umwickeln und in der Pfanne anbraten, dann im Backofen bei 150 Grad ca. 20 Minuten garen, kurz ruhen lassen.

5. Die Trauben unter das Kraut heben mit dem Glas Champagner verfeinern.
6. Das Fasanenbrüstchen einmal in der Mitte aufschneiden, an das Trauben-Champagnerkraut legen, mit Sauce und dem Kartoffelstampf garnieren.



Weitere Serviertipps

- Fasanenbrüstchen füllen mit Pflaumen, Datteln, Nüssen, Äpfel oder Birnen.
- Kalbfleischfarce mit Pistazien, Kräutern, Körnern oder Trockenfrüchten

- Fasanenbrüstchen ohne Knochen in drei Tranchen schneiden, ala Minute in der Pfanne braten.
- Kann auch mit anderen Geflügel zubereitet werden (Pute, Hähnchen, Rebhuhn, Perlhuhn, Miashähnchen und Landhähnchenbrust)

- Mit anderen winterlichen Gemüsen der Saison (Wirsing, Rotkraut, Rosenkohl, Spitzkohl oder mit Pilzen der Saison) servieren.



Küchentipp

- Wichtig ist nach dem marinieren der Fasanenbrüstchen, den Arbeitsbereich mit heißem Wasser gründlich reinigen (Salmonellen.)
- Beim Kraut kann man auch nur Sekt oder Prosecco zum verfeinern nehmen



Tipp zur Gartechnik

- Fasanenbrüstchen saftig garen, dann etwas ruhen lassen, damit sich der Saft im Geflügel gut verteilen kann.

Allergenkennzeichnung

Milch (G)

Beachten sie die zusätzlichen Zutaten in der Gemüsebrühe

Beachten sie die zusätzlichen Zutaten beim Kartoffelstampf