

KOCHEN FÜR DAS WOCHENENDE

Maispouardenbrust mit Basilikum dazu eine orientalische Tomatenmarmelade und kleine Röstkartoffeln

Ein Rezept für 4 Personen von Volker Hintz, „Der Löwe“ in Frankfurt Zeilsheim.

Zutaten:

- 4 Maispouardenbrüste mit Haut und Flügelknochen, je ca. 200 g
- 1 kleinen Bund Basilikum
- 150 g reife Strauchtomaten
- 40 g rote Zwiebel in Würfeln geschnitten
- 30 ml Apelessig
- 60 g Gelierzucker 3 : 1
- 1 Pfefferschote
- 1 TL Ras el Hanout (orientalische Gewürzmischung)
- Salz, Pfeffer
- 3 EL Olivenöl
- 2 Knoblauchzehen
- 700 g kleine Kartoffeln z.B. Drillinge
- 1 TL Schwarzkümmel

Zubereitung:

Für die Marmelade die Tomaten waschen, putzen und klein schneiden. Die Pfefferschote der Länge nach halbieren, das Kerngehäuse entfernen. Danach erst in fein Längstreifen, dann in feine Würfel schneiden. Die Tomaten, Pfefferschote und Zwiebeln mit Essig und dem Gelierzucker mischen. In einem Topf drei Minuten sprudelnd kochen lassen. Anschließend vom Herd nehmen, mit Ras el Hanout und Salz abschmecken. Noch heiß in Einmachgläser füllen, mit einem Deckel verschließen und kühl stellen.

Die Kartoffeln waschen und in leicht kochendem Salzwasser rund 20 Minuten garen. Dann abschütten und auskühlen lassen.

Bei der Pouardenbrust vorsichtig mit dem Zeigefinger die Haut mittig lösen, so dass zwei bis drei Basilikumblätter durch die Öffnung auf das Fleisch gelegt werden können. Die Haut wieder andrücken und die Brust von allen Seiten mit Salz und Pfeffer würzen.

Eine Pfanne mit einem Esslöffel Pflanzenöl erhitzen. Darin die Poulardenbrust mit der Hautseite zuerst etwa fünf Minuten knusprig braten. Dann wenden, kurz auf der Fleischseite braten und im Anschluss für 25 Minuten bei 140° C in den Backofen stellen.

Die Kartoffeln mit Schale halbieren und in Olivenöl braten. Den Knoblauch schälen und in feine Scheiben schneiden. Kurz bevor die Kartoffeln fertig sind den Knoblauch dazugeben und mit rösten. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Zum Anrichten die Kartoffeln in der Mitte des Tellers geben. Die Poulardenbrust aus dem Ofen nehmen, diagonal halbieren und die beiden Hälften mit dem Knochen nach oben aneinander auf die Kartoffeln stellen. Mit Schwarzkümmel bestreuen.

Die Tomatenmarmelade drum herum verteilen und mit den restlichen Basilikumblättern garnieren.