

REZEPTE zur Gourmetkiste

Pfifferlingsragout im Polentanest

Zutaten:

für 4 Personen



Zubereitung:

ca. 30 Min.

1 TL Salz/Brühe gek.
250 g Maisgrieß

300 g Pfifferlinge
100 g Schinkenspeck
1 Schalotte
1 Knoblauchzehe
2 EL Olivenöl
1 EL Tomatenmark
150 ml Weißwein,
trocken
1 TL Brühe, gekörnt
125 ml Creme fraiche
1 Bund Petersilie
Salz, Pfeffer

Für die Polenta 750 ml Wasser mit Salz oder Brühe zum Kochen bringen. Maisgrieß langsam unter Rühren einrieseln lassen und 15 Min. garen.

Pilze putzen.

Schinken fein würfeln.

Schalotte und

Knoblauch schälen und fein hacken. Beides in

Öl andünsten. Pilze zugeben und unter Rühren anbraten.

Tomatenmark mit dem

Weißwein

und

der Brühe verrühren und zu den Pilzen geben. Flüssigkeit einkochen

lassen. Creme fraiche und

gehackte Petersilie unterrühren.

Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Aus der Polenta für jeden Teller ein Nest formen und das Pilzragout in die Mitte geben.

Gemüsereis mit Hähnchenbrustfilet

Zutaten:

für 4 Portionen



Zubereitung:

ca. 40 Min

300 g Reis

Den Reis nach Anweisung bissfest garen, kalt abspülen und beiseite stellen.

150 g Staudensellerie

Sellerie waschen und mit Blättern in kleine Stücke schneiden.

150 g Paprika, rot

Paprika waschen und würfeln.

1 Zwiebel

Zwiebel und

4 Zehen Knoblauch

Knoblauch schälen und fein hacken.

1 Pak Choy

Pak Choy waschen und in Streifen schneiden,

300 g Hähnchenbrust

Hähnchenbrustfilet der Länge nach durchschneiden.

4 EL Öl, Salz

2 EL Öl mit 1/2 TL Salz und der Hälfte des Knoblauch mischen,

Pfeffer

Fleisch mit Pfeffer würzen. In einer Pfanne das Knoblauchöl erhitzen und das Fleisch darin gut anbraten, anschließend heraus nehmen.

Das restliche Öl in den Wok geben und erhitzen. Pak Choy, Zwiebel, Paprika, Sellerie und Reis etwa 3 Min. darin braten und heraus nehmen.

1 Paket Satesoße

Satesoße zubereiten.

Den Gemüsereis mit Fleisch und Satesoße anrichten.