

Fasanenbrust mit Zucchini-Pommes, Wasabi-Avocado-Creme und Brombeer-Chili-Sauce

 happy-mahlzeit.com/2021/07/27/fasanenbrust-mit-zucchini-pommes-wasabi-avocado-creme-und-brombeer-chili-sauce

Zutaten für 2 Personen

Für das Geflügel:

- 3 Fasanenbrüste mit Haut à 160 g
- 1 rote Chili
- 3 EL Butterschmalz
- 1 Lorbeerblatt
- 1 TL Wacholderbeeren
- 50 g Butter
- 50 ml Olivenöl
- Salz
- Schwarzer Pfeffer

Für die Sauce:

- 80 g Brombeeren
- 1 rote Chili
- 50 ml Sahne
- 100 ml trockener Rotwein
- 40 ml Rhabarber-Essig
- 1 Vanilleschote
- 4 Zweige Minze
- 1 TL Zucker

Für die Pommes:

- 1 Zucchini
- 1/2 Peperoni
- 1/2 Knoblauchzehe
- 1 Ei
- 50 g Parmesan
- 80 g Cashewkerne
- 70 g Maisgrieß
- 1/2 Bund glatte Petersilie

Für die Tüte:

200 g Parmesan zum Reiben

Für die Creme:

- 1 Avocado
- 1/2 EL Wasabi-Paste
- 3 EL weißer Balsamico
- 1 EL Zucker
- 2 EL Chili-Sauce
- 1 Prise feines Salz

Zubereitung:

Den Backofen auf 140°C Umluft vorheizen. Eine Fritteuse auf 180°C vorheizen.

Die Fasanenbrüste waschen, trockentupfen und in einer Pfanne mit Butter und Olivenöl ca. 5 Minuten kross anbraten, aus der Pfanne nehmen und mit der Hautseite nach oben im Ofen 4 Minuten garen.

Für die Sauce Chilis längs halbieren, entkernen und mit den Brombeeren grob hacken. Bratensatz in der Pfanne mit Rotwein ablöschen, Brombeeren und Chili dazugeben. Die Sauce reduzieren lassen, mit Zucker abschmecken und ziehen lassen. Mit Sahne aufmontieren. Vanilleschote längs halbieren und das Mark mit dem Messerrücken herauskratzen. Minze abbrausen, trockenwedeln und feinhacken. Mit Rhabarber-Essig und Minze abschmecken.

Für die Pommes die Zucchini in 6 x 6 mm große Stifte schneiden. Parmesan fein hobeln, Cashewkerne fein hacken. Die Peperoni entkernen und mit abgezogenem Knoblauch fein würfeln. Die Petersilie abbrausen, trockenwedeln und fein wiegen. Maisgrieß mit Parmesan, Cashewkernen, Peperoni, Knoblauch und Petersilie in eine Schüssel geben. Das Ei trennen und das Eiweiß schaumig aufschlagen. Zucchini in Ei und Panade locker wenden. Sticks im heißen Öl goldgelb frittieren. Einige Petersilienblätter für wenige Sekunden im heißen Öl frittieren.

Für die Creme die Avocado halbieren, den Kern entfernen und das Fruchtfleisch herausschneiden. Die Avocado fein würfeln, mit Wasabi, Balsamico, Zucker, Chilisauce und Salz vermischen und cremig rühren.

Für die Pommes-Tüte den Parmesan in Form eines 3/4 Kreises im Ofen ca. 6 Minuten schmelzen lassen. Das „Bauteil“ herausnehmen, zügig zu einer Tüte drehen und abkühlen lassen. Die Pommes darin anrichten.

Die Fasanenbrust aus dem Ofen nehmen, kräftig salzen und pfeffern und mit Zucchini-Pommes, Wasabi-Avocado-Creme und Brombeer-Chili-Sauce auf Tellern anrichten und servieren.

Rezept: Michael Fucker

Quelle: Die Küchenschlacht vom 20. Juli 2016

Episode: ChampionsWeek / Hot & spicy

