

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 13. Januar 2025** ▪
Leibgericht mit Alexander Kumptner



Helmut Wagner

**Gebratene Maishähnchenbrust mit Sahnesauce,
Fenchelgemüse, karamellisierten Fenchelsamen, Vanille-
Karotten und gebratenen Champignons**

Zutaten für zwei Personen

Für die Hähnchenbrust:

2 Maishähnchenbrust à 150 g, mit Haut
 1 EL Korianderkörner
 1 EL Fenchelsamen
 1 EL schwarzer Pfeffer
 1 EL weißer Pfeffer
 Neutrales Öl, zum Braten
 Salz, aus der Mühle

Den Backofen auf 160 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Koriander, Fenchelsamen, schwarzen und weißen Pfeffer in einen Mörser geben und mahlen. Etwas von der Pfeffer-Mischung für das Fenchelgemüse beiseitestellen.

Maishähnchen salzen und in einer Pfanne in Öl von beiden Seiten für ca. 4 Minuten anbraten. Mit der Pfeffermischung bestreuen und im Ofen für ca. 18-20 Minuten fertig garen. Das Fleisch sollte eine Kerntemperatur von 75-80 Grad haben. Fleisch vor dem Servieren in Tranchen schneiden.

**Für das Fenchelgemüse und die
Sauce:**

200 g kleine Fenchelknollen mit Grün
 4 Schalotten
 ½ Orange, Abrieb
 1 Zitrone, Saft
 20 g Butter + Butter zum Abbinden
 150 g Sahne
 50 ml Weißwein, z.B. Weißburgunder
 100 ml Hühnerfond
 3 Zweige Dill
 1 EL Steinpilzpulver
 Pfeffer-Mischung, s.o.
 Speisestärke, zum Andicken
 1 EL neutrales Öl
 Salz, aus der Mühle

Orange heiß abspülen und eine Messerspitze Abrieb abreiben. Zitrone auspressen und den Saft auffangen. Pilzpulver in Wasser einweichen. Öl und Butter in einem kleinen Topf erhitzen.

Fenchelknollen putzen und senkrecht in 5 mm dicke Scheiben, dann in Streifen schneiden. Schalotten abziehen und längs blättrig schneiden. Dill klein hacken.

Schalotten in Butter-Öl-Gemisch glasig dünsten. Dann Fenchel dazugeben und für 3 Minuten dünsten. Mit Weißwein ablöschen und Fond sowie Pilzpulver hinzufügen. Zugedeckt für 10-12 Minuten weiterdünsten. Dann den Deckel vom Topf nehmen und einkochen lassen. 100 g Sahne zugeben und weiter dicklich einkochen lassen. Mit Orangenabrieb abschmecken.

Sollte die Sauce noch zu dünnflüssig sein, das Fenchelgemüse herausnehmen und warmhalten. Sauce weiter einkochen oder mit angerührter Speisestärke oder kalten Butterstücken binden. Mit Salz und der Pfeffermischung würzen. Ggf. mit Zitronensaft abschmecken. Mit Dill und Fenchelgrün bestreuen.

Für die Vanille-Karotten:

170 g Baby-Karotten, mit Grün
 Butter, zum Anbraten
 1 Zweig Dill
 ¼ Vanilleschote
 Salz, aus der Mühle

Pfanne erhitzen und Butter darin schmelzen.

Karotten schälen, dabei noch ca. 1-2 cm Grün dranlassen. Größere Karotten längs halbieren. Karotten in die Pfanne geben.

Vanilleschote längs halbieren, das Mark herauskratzen und mit in die Pfanne geben. Karotten bei mittlerer Hitze sanft garen, zwischendurch mit flüssiger Butter begießen. Mit Salz würzen.

Dill hacken, zum Schluss zu den Karotten geben und schwenken.

Für die Champignons: Öl in einer Pfanne erhitzen.

5 braune Champignons
Öl, zum Anbraten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Pilze putzen und in ca. 1 cm dicke Stücke schneiden, dann in die Pfanne geben und für ca. 2 Minuten anbraten, so dass sie einen guten Biss bekommen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

**Für die karamellisierten
Fenchelsamen:**

1 EL Fenchelamen
1 EL Zucker

In einer Pfanne den Zucker karamellisieren, dann die Fenchelsamen dazugeben und kurz darin karamellisieren lassen. Auf einen Teller oder Backpapier stürzen und klein hacken.

Das Fleisch auf Tellern platzieren. Das Fenchelgemüse aus der Sauce nehmen und neben dem Fleisch anrichten. Die Sauce über das Hähnchen geben und dieses mit den karamellisierten Fenchelsamen toppen. Vanille-Karotten dekorativ anlegen und Gericht servieren.