



Mahlzeit!

W I E S B A D E N

Schwarzfederhuhn mit jungen Erbsen und Stoppelrübe

Für 4 Personen

Freiland Huhn

2 Brüste vom Schwarzfeder Huhn, aus dem Feinkosthandel
1 EL Butter
Öl zum braten
Rosmarin, Thymian
Salz und Pfeffer

Das Fleisch von Sehnen und Silberhaut befreien und mit Salz und Pfeffer von beiden Seiten würzen. Etwas Öl in eine Pfanne geben und die Hühnerbrüste auf der Haut goldbraun anbraten, dabei die Aromaten mit dazu geben. Das Fleisch für circa 15 Minuten in den Ofen geben bei 150°C. Danach aus dem Ofen nehmen und für 5 Minuten an einem warmen Platz ruhen lassen. Bitte erst kurz vor dem servieren anschneiden und mit Salz nachwürzen.

Erbsencreme

300 g Frische Erbsen, ersatzweise Tiefgefrorene Erbsen
2 EL Creme Fraiche
Salz, Pfeffer
Spritzer Zitrone

Die jungen Erbsen in Salzwasser abkochen und anschließend in einer Küchenmaschine mit Creme Fraiche, Salz und Pfeffer sehr fein und cremig mixen, zum Schluss mit einem Spritzer Zitronensaft abschmecken. Bis zum anrichten das Püree warm stellen.

Stoppelrübe

2 mittelgroße Goldball Rüben
1 EL Butter
Salz & Pfeffer

Die Goldball Rüben schälen und in spalten schneiden, eventuell mit einem kleinen Messer in Form schneiden. Anschließend die Rübchen in Salzwasser bissfest abkochen, danach kurz in Butter anschwanken und mit Salz und Pfeffer gut abschmecken. Die noch warmen Rübchen direkt servieren.

Außerdem

Junge rohe Erbsen zum dekorieren

Zum anrichten die Hühnerbrüste halbieren und mittig auf den Teller geben, je ein Esslöffel Erbsencreme dazu geben. 4-5 Stück Rübchen nett arrangieren und mit rohen Erbsen garnieren.