

Jörg Sackmann
Hähnchenragout unter der der Blätterteighaube

Dienstag, 27. Oktober 2020
Rezept für 4 Personen

Dauer: 2 Stunden
Schwierigkeitsgrad: einfach
Feine Küche

Zutaten:

3	Schalotten
1	Lauchstange
8	Shiitake-Pilze
120 g	Ananas (frisch oder aus der Dose)
2	Mini-Pak Choi
2	Kaffirlimettenblätter
1	Bio-Limette
1	säuerlicher Apfel (z.B. Granny Smith)
600 g	Hähnchenbrustfilet
4 EL	Erdnussöl
etwas	Salz
etwas	Cayennepfeffer
1 TL	mildes Currypulver
2 EL	Chili-Chicken-Sauce
50 g	Cashewkerne
400 ml	Kokosmilch
1 Bund	Koriander
250 g	Blätterteig
etwas	Mehl zum Ausrollen
1	Eigelb
3 EL	Milch



Zubereitung:

1. Schalotten schälen und fein schneiden.
2. Den Lauch putzen, halbieren, gut waschen und abtropfen lassen. Dann in feine Streifen schneiden.
3. Die Pilze putzen und in feine Scheiben schneiden.
4. Die frische Ananas schälen und in kleine Würfel schneiden (falls Dosenananas, einfach nur würfeln).
5. Pak Choi waschen und in grobe Streifen schneiden.
6. Die Kaffirlimettenblätter abwaschen und in feine Streifen schneiden.
7. Den Apfel in einem Safter entsaften. (Wer keinen Entsafter hat, kann den Apfel auch fein reiben.)
8. Limette heiß abwaschen, abtrocknen, etwas Schale abreiben und den Saft auspressen.
9. Das Hähnchenbrustfilet gründlich kalt waschen, trocken tupfen und in feine Streifen schneiden.
10. In einer tiefen Pfanne (oder Wok) etwas Erdnussöl erhitzen, die Fleischstreifen mit Salz und Cayennepfeffer würzen und kurz von allen Seiten anbraten.

11. Dann die Fleischstreifen wieder aus der Pfanne nehmen. Restliches Erdnussöl in die Pfanne geben und die Schalotten darin anschwitzen.
12. Lauch und Pilze zugeben und kurz anbraten. Dann Pak Choi hinzufügen und mit dem Apfelsaft ablöschen.
13. Ananaswürfel, Currypulver, Chili-Chicken-Sauce, Limettenabrieb- und saft, Kaffirlimettenstreifen und Cashewkerne zugeben und mit Kokosmilch auffüllen.
14. Das Hähnchenfleisch wieder zugeben und kurz einmal aufkochen lassen. Dann die Pfanne vom Herd ziehen und das Ragout abkühlen lassen.
15. Koriander abbrausen, trocken schütteln, die Blättchen abzupfen und in Streifen schneiden. Koriander unter das abgekühlte Ragout geben.
16. Den Backofen auf 200 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.
17. Blätterteig auf einer bemehlten Arbeitsfläche etwa 3 mm dick ausrollen. Vom Blätterteig so große Scheiben ausstechen, dass sie rundherum etwa 1 cm über den Rand von 4 hitzebeständige Portions-Bowls (Schalen) oder Suppentassen hinaus ragen.
18. Das Ragout in die Bowl-Schalen oder Suppentassen geben. Die Tassen am äußeren Rand mit verquirltem Eigelb bestreichen. Die Suppentassen mit den Teigkreisen abdecken, dabei leicht am Rand überlappen und fest drücken.
19. Milch mit dem übrigen Eigelb verquirlen und die Teigoberfläche damit bestreichen.
20. Die Tassen ca. 15-20 Minuten in den vorgeheizten Ofen geben.
21. Wenn der Teigdeckel goldgelb gebacken ist, die Tassen aus dem Ofen nehmen und sofort servieren.

Nährwert: Pro Portion: 825 kcal / 3440 kJ
38 g Kohlenhydrate, 45 g Eiweiß, 55 g Fett