

Ribelmais-Poularde mit Rosmarinjus, Ribelmais Polenta und glasiertem Randengemüse



Rezept für 4 Personen

Zubereitung

Zutaten Ribelmais-Poularde

4 Ribelmais-Poulardenschenkel (Knochen
ausgelöst)
4 EL Olivenöl
Salz, Pfeffer aus der Mühle
2 Zweige Rosmarin
2 Schalotten, halbiert
2 Knoblauchzehen, halbiert
2 dl Portwein
2 dl Rotwein
2 dl brauner Kalbsfond oder Bratensauce
2 cl Aceto Balsamico

Zutaten Ribelmais-Polenta

2 EL Olivenöl
1 Schalotte, fein gehackt
1 Knoblauchzehe, fein gehackt
150 g Rheintaler Ribelmais, Sorte Bramata
2 EL Olivenöl
Salz, Pfeffer aus der Mühle
3 dl Geflügelbouillon
3 dl Milch
2 EL Butter
1 TL italienische Kräuter, gehackt
40 g Sbrinz, gerieben

Zubereitung Ribelmais-Poularde

Portwein, Rotwein und Kalbsfond mit Aceto Balsamico und Rosmarinzwiegen aufkochen und bei mittlerer Hitze solange einkochen, bis die Flüssigkeit sirupartig und zur Hälfte reduziert ist. Danach die Kräuterzweige entfernen, den Topf vom Herd nehmen und zugedeckt ruhen lassen. Die Ribelmais-Poulardenschenkel mit Salz und Pfeffer würzen und bei grosser Hitze beidseitig 5–8 Minuten in Olivenöl kross anbraten. Schalotten und Knoblauchzehen zugeben und kurz mitrösten. Danach das Poulardenfleisch mit der Balsamico-Reduktion ablöschen und im vorgeheizten Ofen bei 140°C für ca. 20–30 Minuten schmoren. Das Fleisch anschliessend aus der Sauce nehmen und warmstellen. Die Sauce durch ein Sieb passieren, evtl. mit wenig Maizena abbinden und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Zubereitung Ribelmais-Polenta

Olivenöl erhitzen und darin Schalotten und Knoblauch andünsten. Ribelmais dazugeben und ebenfalls kurz andünsten. Geflügelbouillon und Milch hinzufügen, leicht köcheln lassen und gut rühren, bis die Polenta gar ist. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Butter mit den italienischen Kräutern leicht braun rösten und zusammen mit dem Sbrinz zur Polenta geben und verrühren.

Zutaten Randengemüse

Je 200 g rote und gelbe Randen
2 Knoblauchzehen
2 Zweige Thymian
1 Handvoll Haselnüsse, grob gehackt
2 EL Butter
Salz, Pfeffer aus der Mühle
Zucker

Zubereitung Randengemüse

Die gewaschenen Randen mit Knoblauch, Thymian und etwas Salz in Alufolie gewickelt für ca. 90 Minuten bei 140°C im Ofen schmoren. Randen abkühlen lassen, schälen, in Spalten schneiden. Butter in einer Pfanne schmelzen, Randenspalten zusammen mit etwas Zucker und den Haselnüssen darin glasieren. Vor dem Anrichten mit Salz und Pfeffer aus der Mühle abschmecken.