



## Perlhuhnbrust auf Radiccio trevisano

Die Perlhuhnbrust wird meistens in einem Stück zusammen mit dem Flügelknochen geschnitten. Das Fleisch ist leicht rötlich und dunkel, es hat ein feines Wildaroma und gilt nicht zu unrecht als ausgesuchte Delikatesse. Das Perlhuhn ist besonders in der französischen Küche beliebt, in Frankreich werden weltweit auch am meisten Perlhühner gezüchtet.

Die Perlhuhnbrust wird am Besten mit einer einfachen Marinade gewürzt, kurz angebraten und danach im Ofen bei niedriger Temperatur gegart. So bleibt das Fleisch zart und saftig. Statt an einer Sauce kann die Perlhuhnbrust auch mit kurz gedünstetem Radiccio mit ein paar Orangenstücken angerichtet werden, das ist etwas exotisch und passt ausgezeichnet.

### Zutaten

- 1 Perlhuhnbrust, ca. 170g
- 1/2El Olivenöl
- Salz, Paprika und Pfeffer
  
- 5 Blätter Radiccio Trevisano
- 2 Orangenschnitze
- 1El weisser Balsamico
- Salz

### Zubereitung

Perlhuhnbrust eine halbe Stunde vor dem Anbraten aus dem Kühlschrank nehmen.

Olivenöl mit wenig Salz, Paprika und Pfeffer vermischen und damit die Perlhuhnbrust ringsum einpinseln.

Ofen auf 80° vorheizen.

Zuerst auf der Hautseite in Olivenöl 4 Minuten anbraten, wenden und weitere 2 Minuten braten. Auf einen Teller legen und im Ofen 30 Minuten nachgaren. Bratpfanne beiseite schieben.

Die dicksten Stielsansätze des Radiccio wegschneiden, die roten Blätter zu etwa 2-3cm breiten Streifen schneiden. Orangenschnitze enthäuten und zu groben Stücken schneiden.

Kurz bevor die Perlhuhnbrust gar ist. Bratpfanne nochmals aufheizen, Radiccio ca. 1 Minuten andünsten. Einen Schuss Balsamico zugeben und leicht salzen, die Orangenstücke dazugeben, drei-, viermal wenden und auf einem heißen Teller anrichten. Die Perhuhnbrust dazulegen und servieren.

Dazu passen zum Beispiel gebratene Polentataler.



