



Pouletsteaks Stroganoff

Seit der in St. Petersburg tätige Koch Charles Brière den Boeuf Stroganoff an einem internationalen Kochwettbewerb anno 1891 in Paris präsentierte, gehört das Rezept zur Haute Cuisine. Ursprünglich war es eine säuerliche Sauce mit Zwiebel, Sauerrahm und Senf. Angesehene Köche und Köchinnen erweiterten das Rezept, so gehören heute meist auch Essiggurken, Champignons, Peperoni dazu, geblieben ist der Charakter einer rahmigen Sauce mit säuerlichem Unterton.

Das klassische Stroganoff-Rezept ist wird mit Filetspitzen vom Rind zubereitet. Sie passt aber auch zu andern Fleisch- und Vegigerichten und auch zu Pouletfleisch, z.B. zu Geschnetzeltem, Pouletbrüstchen oder Pouletsteaks, das sind ausgebeinte Pouletschenkel. Letztere sind nach meiner Meinung die beste Wahl, weil sie sehr saftig sind und die Haut beim Braten schön knusprig wird.

Dazu passen leicht gratinierte Tagliolini (schmale Eiernudeln) sehr gut.

Zutaten (1-2 Portionen)

- 2 Pouletsteaks à ca. 100g
- 1 Zwiebel, ca. 50g
- 100g rote Peperoni
- 80g Champignons
- 1 Knoblauchzehe
- 1dl Weisswein
- 1dl Hühnerbouillon
- 2 Essiggurken
- 1Tl Dijon-Senf
- 1Tl Pul biber oder süsses Paprika
- 2El Sauerrahm ca. 40g
- 1 Schuss Cognac
- Salz und Pfeffer

Bratbutter

Zubereitung

Pouletsteaks ringsum mit Salz und Pfeffer würzen.

Champignons und Zwiebel halbieren und zu Scheiben schneiden. Peperoni zu kurzen, ca. 5mm breiten Streifen schneiden. Essigurken längs halbieren und scheibeln. Knoblauch klein würfeln.

Ofen auf 50° vorheizen.

Pouletsteaks zuerst auf der Hautseite ca. 3 Minuten sehr heiss anbraten, wenden und 1 Minuten weiterbraten. Pouletsteaks im Ofen warmhalten.

Bratensatz mit Weisswein ablöschen, verrühren und kurz aufkochen. Sud absieben und die Bratpfanne kurz auswaschen. Herdtemperatur etwas zurückstellen.

Nochmals Bratbutter schmelzen, Zwiebel und Champignons leicht anrösten, Peperoni und Knoblauch zugeben und ca. 5 Minuten mitdünsten. Abgeseibter Weisswein und Hühnerbouillon dazugießen. Senf einrühren, Essiggurke und Pul biber zugeben. 15 Minuten köcheln lassen. Sauerrahm einrühren, einen Schuss Cognac zugießen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Pouletsteaks in die Sauce legen und ca. 8 Minuten in der ganz leicht köchelnden Sauce ziehen lassen.

Sobald die Pouletssteaks aus dem Ofen sind, Ofen für die Tagligioni auf 220° aufheizen.

Tagliolini:

Mit der Zubereitung der Tagliolini gleichzeitig mit der Zubereitung der Pouletsteaks beginnen, sie können allenfalls gut einige Minuten im Ofen warmgehalten werden.

Tagliolini in Salzwasser gar kochen und abschütten. 10g Butter in der Pfanne schmelzen, Tagliolini zugeben ca. 10g Parmesan dazureiben und vermischen. In eine ausgebutterte Gratinform geben, nochmals wenig Parmesan darüber reiben und ca. 7-8 Minuten bei 220° gratinieren.







