Pouletschenkel au Vinaigre

Das Poulet au vinaigre hat seinen Ursprung im Süden Frankreichs. Paul Bocuse hat sich dem Gericht angenommen und es zu einem Klassiker der französischen Küche gemacht. Die Hauptzutat, der Essig, muss von guter Herkunft sein, guter heller Balsamico oder ein feiner Sherry Essig. Er darf das Gericht nicht mit Säure dominieren, sondern soll ihm, unterstützt von Weisswein, Finesse verleihen. Nicht fehlen darf der in der französischen Küche fast unverzichtbare Estragon und natürlich Gemüse und Zwiebel, die der Sauce das geschmackliche Fundament liefern.

Zutaten

1	Pouletschenkel
60g	rote Zwiebel
60g	Rüebli
60g	Fenchel
1dl	Weisswein
5cl	weisser Balsamico
1,5Tl	Estragon getrocknet
20g	Sauerrahm
1-2	Piccadilly-Tomaten
	Salz, Pfeffer, mildes Paprika
	Rapsöl

(Die Sauce reicht für 2 Portionen

Zubereitung

Zwiebel, Rüebli und Fenchel zu kleinen Würfelchen schneiden (Brunoise). Das Kraut vom Fenchel abzupfen und ein paar dünne Zwiebelstreifen zur Dekoration beiseite legen. Tomaten längs vierteln, die Kerne herausschaben und das Fruchtfleisch zu Streifen schneiden.

Pouletschenkel ringsum salzen, pfeffern und mit Paprika einreiben.

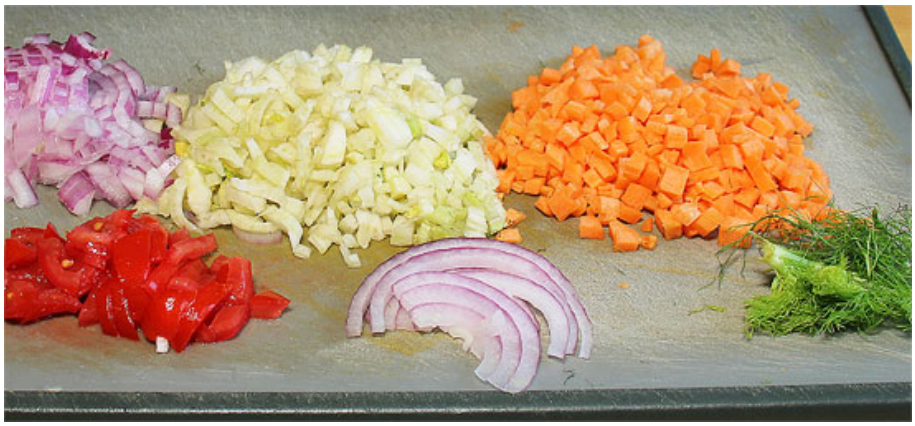
Die Brunoise in Rapsöl 25-30 Minuten sanft dünsten, ohne dass sie Farbe annimmt, aber deutlich zusammenfällt.

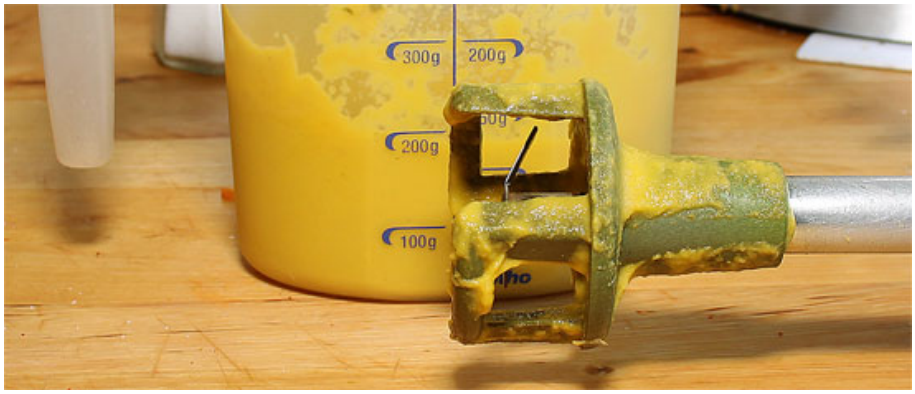
Weisswein und Balsamico zugiessen und den Estragon zugeben, verrühren und etwa auf die Hälfte einkochen lassen. In ein hohes Gefäss geben und mit dem Stabmixer fein pürieren.

Sauce in die Pfanne zurückgeben, mit Salz und Pfeffer würzen und den Sauerrahm in die Sauce einrühren. Ev. etwas Wasser zugeben, damit die Sauce flüssig bleibt. Beiseite gelegte Zwiebelstreifen und einen Teil der Tomaten zugeben.

Rapsöl bis gut zum Rauchpunkt erhitzen, Pouletschenkel beidseitig je ca. 3 Minuten kräftig anbraten, danach in die Sauce legen und 20 Minuten zugedeckt köcheln lassen.

Reichlich Sauce auf einem Teller anrichten, den Pouletschenkel darauflegen und mit den restlichen Tomatenstreifchen und Fenchelkraut garnieren.




300g
200g
200g
100g