

GEFÜLLTE ROULADE VOM PERLUHUN

Rezept aus der Sendung „Rosins Restaurants“



ZUTATEN

- 2 x Supreme des Perlhuhns (Brustfilet mit Haut und Flügelknochen)
- 80 ml Sahne
- 40 g geröstete Pinienkerne
- 40 g geröstete Pistazienkerne
- 1 Bund Petersilie (glatt)
- 2-3 EL Olivenöl
- 1 Stange Rosmarin
- 1 Stange Salbei
- 1 Stange Currykraut
- Salz
- Pfeffer
- Alufolie
- Frischhaltefolie



ZUBEREITUNG

1. Die beiden Supremes des Perlhuhns vom Knochen und von der Haut befreien. Die Haut aufheben.
2. Für die Füllung eine Perlhuhnbrust in Würfel schneiden. Die Würfel mit Sahne, Petersilie, Salz und Pfeffer zu einer einheitlichen Masse mixen. Achtung nicht zu lange, ansonsten gerinnt die Sahne.
3. Die Füllung in einer Schüssel mit den Pistazienkernen und Pinienkernen vermengen und fertig ist die Füllung für die Roulade.
4. Die zweite Perlhuhnbrust seitlich einschneiden, sodass sie wie ein Buch auseinander geklappt werden kann. Die aufgeklappte Brust auf ein Stück Frischhaltefolie legen, sie damit bedecken und plattklopfen. dazu eignet sich zum Beispiel eine kleine Pfanne.
5. Das platt geklopfte Filet mit der Füllung bestreichen und zusammenrollen.
6. Dann ein weiteres Stück Frischhaltefolie nehmen, diese mit Olivenöl bestreichen und legt die Haut der Perlhuhnbrust darauf legen. Auf die Haut kommt die gefüllte Roulade. Diese zuerst mit Frischhaltefolie einwickeln und dann mit Alufolie zu einem Bonbon drehen.
7. Die Roulade bei 90°C 11 Minuten im Dampf garen. Die Folien entfernen. Danach in etwas Olivenöl mit Rosmarin, Salbei und Currykraut von allen Seiten kross anbraten.

Tipp:

Statt Perlhuhn können Sie auch Fisch, Kalb oder Lamm nehmen.

GUTEN APPETIT!