

Caipirinha Hühnchen mit gegrilltem Avocado-Kartoffelsalat

Zubereitung für 4 Personen -

4 Poulardenbrüste, à ca. 160 g (ohne Haut und Knochen)

2 Limetten, unbehandelt (60 ml)

20 g Rohrzucker

5 g grobes Meersalz

Chili aus der Gewürzmühle

600 g Kartoffeln, am Vortag gekocht (z. B. Drillinge, Bamberger Hörnchen, La Ratte Kartoffeln)

2 reife Avocados

1/2 Zitrone

2 rote Zwiebeln

30 ml Olivenöl

1/2 Zitrone

100 ml Geflügelfond

Salz, schwarzer Pfeffer aus der Gewürzmühle

1 Bund glatte Petersilie

Rapsöl zum Einstreichen des Grill-Rosts

FORUM FÜR KOCHKULTUR & LEBENSART

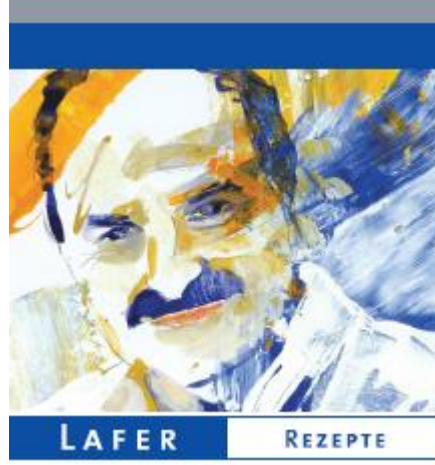
Johann Lafers Table d'Or GmbH · Hauptstraße 3 · 55452 Guldental
Tel.: 0 67 07 - 94 95-0 · Fax: 0 67 07 - 94 95-45

Amtsgericht Bad Kreuznach · HRB Nr. 34 44 · Sitz Guldental · Geschäftsführer: Johann Lafer
www.johannlafer.de · e-mail: tabledor@johannlafer.de

© Johann Lafer

LA FER

TABLE D'OR



1 Aluschale ohne Löcher, ca. 20 x 15 x 3,5 cm

1 Aluschale ohne Löcher, ca. 33 x 23 x 5 cm

Die Poulardenbrüste waschen und trocken tupfen. Limettenschale fein reiben, den Saft auspressen. Rohrzucker, 60 ml Limettensaft, Limettenabrieb und Meersalz in einer Schüssel verrühren, bis sich der Zucker vollständig gelöst hat. Die Poulardenbrüste zugeben, mit etwas Chili würzen und in der Marinade wenden. Anschließend abgedeckt bei Zimmertemperatur für 30 Minuten marinieren.

Die bereits vorgegarten Kartoffeln pellen und in 1/2 cm dicke Scheiben schneiden. Avocados halbieren, den Kern entfernen und mit etwas Zitronensaft bepinseln. Den Grillrost mit Rapsöl bestreichen. Anschließend auf dem vorbereiteten Grill bei 180° - 200° C direkter Hitze ohne Deckel die Avocados 1 - 2 Minuten auf der Schnittstelle grillen. Die fertigen Avocados mit Hilfe eines Löffels aushöhlen und in gleichmäßig große Würfel schneiden.

Die rote Zwiebel schälen, halbieren und in feine Streifen schneiden. Das Olivenöl in der großen Alugrillschale bei 160° - 180° C direkter Hitze erwärmen und die Zwiebelstreifen darin glasig grillen. Mit etwas Zitronensaft und Geflügelfond ablöschen, Kartoffelscheiben zugeben, gut verrühren und vom Grill nehmen.

Petersilie abbrausen, trockenschütteln, 4 Stiele zur Garnitur beiseite legen und die restlichen Blätter in feine Streifen schneiden. Die Avocadowürfel und Blattpetersilie zu den Kartoffeln geben, mit Salz und Pfeffer abschmecken, gut durchziehen lassen und - falls nötig - nachwürzen.

Die Poulardenbrüste aus der Marinade nehmen und gut abtropfen. Die restliche Marinade in die kleine Alugrillschale geben und auf dem Grill bei direkter Hitze sirupartig einkochen. Grillrost mit wenig Rapsöl bestreichen und die Poulardenbrüste bei 180° - 200° C indirekter Hitze mit Deckel 4 - 5 Minuten von jeder Seite grillen. Dabei mit der eingekochten Marinade bepinseln.

Zum Anrichten das Caipirinha Hähnchen in Tranchen schneiden, auf dem Kartoffelsalat platzieren und mit Blattpetersilie garnieren.

FORUM FÜR KOCHKULTUR & LEBENSART

Johann Lafers Table d'Or GmbH · Hauptstraße 3 · 55452 Guldental
Tel.: 0 67 07 - 94 95-0 · Fax: 0 67 07 - 94 95-45

Amtsgericht Bad Kreuznach · HRB Nr. 34 44 · Sitz Guldental · Geschäftsführer: Johann Lafer
www.johannlafer.de · e-mail: tabledor@johannlafer.de

© Johann Lafer

LA FER

TABLE D'OR