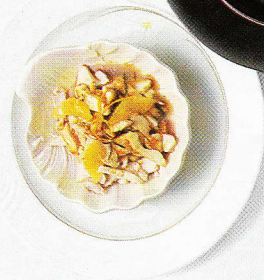


Geflügelgeschnetzeltes mit Orangensaure

Für 2 Personen:

150–200 g Geflügelfleisch, gekocht oder gebraten (Reste von Poulet, Ente, Perlhuhn oder Truthahn), ohne Haut und Knochen in kleine Scheiben schneiden.
½ Teelöffel Rosmarinnadeln und 1 durchgepresste Knoblauchzehe ganz



kurz in 1 Teelöffel Olivenöl anziehen lassen. 1 dl Orangensaft mit 1 Teelöffel Maisstärke verrühren. Mit 1 dl klarer Sauce zufügen und auf die Hälfte einkochen lassen. Mit 1 Prise Zucker, Salz, Pfeffer, 1 Esslöffel Sojasauce, ½ Teelöffel abgeriebener Orangenschale und wenig Cayennepfeffer abschmecken. Das Fleisch in der Sauce erwärmen. Mit Trockenreis servieren und mit Orangenseiten garnieren.

Chinesische Nudeln an Sojasauce

Für 4 Personen:

300 g gekochtes oder gebratenes Geflügelfleisch, z. B. Ente, Truthahn, Perlhuhn, Gans oder Poulet ohne Haut, in feine Scheiben schneiden. 400 g chinesische Nudeln «al dente» kochen. 300 g gemischtes, feingeschnittenes Saison-

gemüse in 1 Esslöffel Erdnussöl kurz leicht anbraten. Evtl. 1 kleine Dose (50 g) Sojabohnensauce und 10 g eingelegte chinesische Pilze zufügen. 2 durchgepresste Knoblauchzehen, Salz und ½ Teelöffel Ingwerpulver beibringen. 2 dl Hühnerbouillon, 2 Esslöffel Sojasauce und 1 Esslöffel Maisstärke verrühren, zufügen und etwas eindicken lassen. Mit Sambal Oelek oder Cayennepfeffer pikant abschmecken. Das Geflügelfleisch in der Sauce erwärmen und auf die abgetropften Nudeln anrichten.

Pikanter Geflügelbeilad

Für 2 Personen:

150–200 g gekochtes oder gebratenes Geflügelfleisch (Poulet, Perlhuhn, Truthahn) in feine Scheiben schneiden. Mit 1 Zwiebel und ½ roten Peperone (in Streifen geschnitten), 100 g Mortadella- oder Zungenstreifen und 2 gescheibelte Gewürzgurken mischen. 1 Esslöffel Rotweinessig mit ½ Teelöffel scharfem Senf oder 1 Teelöffel geriebenem Meerrettich, 1 durchgepressten Knoblauchzehe, wenig Salz und Pfeffer zu einer Sauce rühren. 4 Esslöffel Öl zufügen. Mit dem Salat mischen und 1 Stunde ziehen lassen.

Paritätische Kommission für Geflügel

Festliches Geflügel



Gebrüder Kunz
Fleisch + Wurstproduktions-AG



Gestaltung und Fotos Culinas PR AG, Luzern

Liebe Freunde der guten Küche

Die Festtage dürfen für Hausfrauen nicht zu einer Belastung werden. Das lässt sich bei guter Planung und der Wahl der Menüs verhüten.

Vieles kann vorbereitet werden, auch bei festlichen Menüs. Am besten wählt man eine kleine, attraktive Vorspeise, die wenig Aufwand erfordert, und widmet sich danach mit etwas mehr Aufmerksamkeit dem Hauptgericht. Man kann aber auch umgekehrt vorgehen und eine raffinierte kleine Vorspeise servieren, deren Sauce im letzten Moment noch einige Handgriffe verlangt, und danach ein gut vorbereitetes «*piece de résistance*» vorsehen, das nur noch rechtzeitig in den Ofen geschoben werden muss. Für beides eignet sich Geflügel ausgezeichnet. Ausserdem sieht es besonders festlich aus, ist leicht verdaulich und lässt sich in unzähligen Variationen zubereiten. Auf die Festtage ist die Auswahl besonders gross – von der Wachtel bis zur Gans werden alle Sorten in hervorragender Qualität angeboten. Wer besonders grosses Geflügel, wie zum Beispiel eine Gans oder einen Kapapau, für eine grosse Tischrunde haben möchte, bestellt am besten zwei Wochen voraus. Die Rezepte dieses Büchleins mögen Ihnen helfen, Ihre Familie und Gäste in diesem Sinne zu verwöhnen.

Marionne Kattinbach

Ente mit Orangen und grünem Pfeffer

(Titelbild)

Für 4–6 Personen:

1 dl Wasser mit 50 g Zucker hellbraun kochen. 1 dl Weissweinessig, 1 geschälte, in Scheiben geschnittene Orange und 1 kleingeschnittene Tomate zufügen. Auf die Hälfte einkochen lassen. Durch ein feines Sieb passieren und dabei die Orange gut ausdrücken. Eine grosse Ente von 2 bis 2,5 kg innen und aussen salzen und pfeffern. Mit 2 Esslöffeln Bratbutter im Backofen 30–35 Minuten bei 250 °C braten. Ab und zu zugedeckt warmhalten. Den Bratenfond entfetten und mit 3 Esslöffeln Apfelwein lösen. Die vorbereitete Sauce und 1 Esslöffel kalt abgespülten grünen Pfeffer (Madagaskar in Salzlake eingelegt) beifügen. Die Sauce mit 1 Esslöffel Orangenlikör, Salz, Pfeffer und einer Spur Knoblauch abschmecken. 40 g kalte Butter in Flocken schneiden und unter die Sauce schlagen. Die Ente nach Belieben mit Orangensfilets garnieren und die Sauce separat dazu servieren.

Gutes Geflügel bedeutet für die Küche dasselbe wie die Leinwand für den Maler und der Hut mit doppeltem Boden für den Zauberer. Man serviert es uns gekocht, gebraten, warm oder kalt, ganz oder in Stücke zerlegt, mit oder ohne Sauce, mit aufgelösten Knöchen, gefüllt, aber immer mit demselben Erfolg.

Brillat-Savarin

Kalte Vorspeisen



Poulet in Gelee

Für 8 Personen:
400 g Pouletbrust ohne Haut und Knochen in einem gelochten Siebeinsatz über Dampf 10 Minuten garen. Abkühlen lassen und kleinwürfeln. 2 gehackte Schalotten in 1 Esslöffel Butter dünsten. 100 g kleingeschnittene Pilze und 1 winzig kleingewürfelte Karotte zugeben und 5 Minuten garen. 1 durchgepresste Knoblauchzehe, 1 Esslöffel gemischte Kräuter (Schnittlauch, Estragon, Kerbel) und die Pouletwürfel dazumischen. Gut würzen. 5 dl Sülze (aus Beutel) zubereiten und mit Madeira verfeinern. Kleine Förmchen mit etwas Gelee ausgießen. Pouletmischung hineingeben und mit Gelee auffüllen. 3–4 Stunden kühllstellen, stürzen und nach Belieben garnieren.



Wachteln an Tomaten-Vinaigrette

Für 4 Personen:
2 kleine, reife Tomaten schälen, halbieren, auspressen, entkernen und in kleine Würfel schneiden. 1½ Esslöffel Rotweinessig mit 1 dl kaltgepresstem Olivenöl, Salz, Pfeffer, 1 Prise Koriander, 8 gehackten Basilikumblättern und 1 durchgepressten Knoblauchzehe mischen. 2 fleischige Wachteln innen und aussen würzen und in Bratbutter im Ofen bei 220 °C ca. 10 Minuten braten. Die Vinaigrette mit den Tomatenwürfeln mischen und auf Teller verteilen. Je eine halbe, lauwarmer Wachtel darauflegen.

Terrinen und Pasteten

Perlhuhnpastete

Für 4 Personen:
2 Perlhühner oder Poulets (ca. 1,8 kg) häuten, das Fleisch von den Knochen lösen und kaltsstellen. Das Gerippe in Stücke schlagen. In 1 Esslöffel Butter mit 3 Esslöffeln kleingewürfeltem Gemüse (Zwiebeln, Karotten, Lauch, Sellerie) stark anbraten. Mit 2 dl Rotwein ablöschen und zugedeckt 1 Stunde kochen. Passieren und kaltsstellen. Das Perlhuhnfleisch durch den Fleischwolf



drehen. Mit 1 1/2 dl kaltem Rahm, 2 Esslöffeln sehr klein gewürfeltem Lauch (grüner Teil), 3 Esslöffeln Kräutern (Majoran, Thymian, Petersilie) und dem kalten, eingedickten Fond gut mischen. Mit Salz, Pfeffer, Muskatnuss und Koriander würzen. Zu einem Laib formen und in 3 mm dick ausgewalltem Blätterteig einpacken. Dekorieren und mit Eigelb bestreichen. 5 Minuten bei 250 °C, dann 15–20 Minuten bei 200 °C backen.
Tip: Kann auch mit Poulet- oder Trut- hahnbrust zubereitet werden. In diesem Fall der Masse anstelle von selbstge- machtem Fond etwas Fleischextrakt beifügen.

Ententerrine

Für 1 Terrine von 1 Liter Inhalt:
700 g Entenbrüste (sind als Teile erhältlich) in Stücke schneiden und in einem gelochten Siebeinsatz zugedeckt 10 Minuten über Dampf garen. Heraus- nehmen und abkühlen lassen. Mit 1 1/2 dl kaltem Rahm im Cutter pürieren oder durch die dünnste Scheibe des Fleischwolfes treiben.
50 g weiche Butter darunterarbeiten. Mit 1/2 Teelöffel Fleischextrakt, Salz, Pfeffer, etwas Cognac und Cayenne- pfeffer abschmecken. 3 Ess- löffel steifgeschlagenen Rahm darunterziehen. Die Masse in eine Terrine einfüllen und 4 Stunden kühlstellen.



Tip: Man kann auch eine ganze Ente (ca. 2 kg) verwenden, muss sie aber aus- beinen. Aus den Knochen lässt sich ein konzentrierter Fond zubereiten, der anstelle des Fleischextraktes zugegeben wird.

Kalte und warme Vorspeisen

Geflügelcocktail mit Ingwer und Nüssen

Für 4 Personen:
300 g in Hühnerbouillon gekochte Trut- hahnbrust nach dem Erkalten in dünne Streifen schneiden. Die Blätter von 3 bis 4 Brüsseler Endivien lösen und stern- förmig auf grosse Teller verteilen. 150 g sauren Halbrahm mit 50 g Mayonnaise, 1 1/2 Esslöffeln Ketchup und 1 Teelöffel frisch geriebener Ingwerwurzel



mischen. Mit Salz und Cayenpfeffer pikant abschmecken. 1 Esslöffel grob- gehackte Baumnußkerne dazugeben. Die Sauce mit dem Truthahnfleisch mischen. In die Mitte der Teller berg- artig anrichten und mit einem halben Baumnußkern garnieren.

Geflügelmouse an Threesauce

Für 4 Personen:
300 g Geflügelfleisch ohne Haut und Knochen (Poulet, Perlhuhn, Ente, Truthahn) in kleine Stücke schneiden und kaltsstellen. 2 gehackte Schalotten mit 1 dl Hühnerbouillon 2 Minuten kochen und erkalten lassen. 1 Eiweiss und 3 dl Rahm ebenfalls kaltsstellen. Alle Zutaten im Cutter fein pürieren. Mit Salz, Pfeffer, wenig Thymian, etwas Cognac und 1 Prise Cayenpfeffer würzen. Kleine Formchen gut mit Butter ausstreichen. Mit der Masse halb füllen.
Je 1 kleine, 1/2 cm dicke Scheibe frische Entenleber in die Mitte



legen und mit der Masse auffüllen. Im Wasserbad im Ofen bei 140 °C 20 Minu- ten garen lassen. Für die Sauce 2 Ess- löffel kleingeschnittene Kresse mit 3 Esslöffeln Hühnerbouillon im Mixer pürieren. 3 dl Rahm auf die Hälfte einkochen. Mit der Kresse mischen und abschmecken. Die Formchen stürzen und die Mousse mit Sauce umgiessen.

Warme Vorspeisen

Täubchen mit Rahmwirsing

Für 4 Personen:
Von einem mittelgrossen grünen Wirsing die Blätter lösen und die Rippen entfernen. In 1 cm breite Streifen schneiden und 2-3 Minuten in kochendes Wasser geben. Abgiessen und mit 1 Esslöffel Butter, 1 Esslöffel gehackten Zwiebeln und 50 g sehr feingeschnitt-nem Speck anziehen lassen. 1 Esslöffel



Weisswein zugeben und knapp garen. 2 dl Rahm mit 1/2 Teelöffel Mehl auf die Hälfte einkochen lassen und mit dem Wirsing mischen. Mit Salz, Pfeffer und 1 Prise Kümmelpulver abschmecken. 2 Täubchen gut würzen. In Butter im Ofen 15-20 Minuten bei 220 °C gold-braun braten, dann halbieren und auf den Wirsing anrichten. Den Bratenfond mit 2-3 Esslöffeln Weisswein lösen, ein-kochen und über das Gericht verteilen.
Tip: Man kann auch Coquelets, Wachteln oder Perlhühner auf diese Art zubereiten.

Geflügelsteilette mit Trüffel und Foie gras

Für 4 Personen:
2 bis 3 Pouletbrüstchen ohne Haut (oder Entenbrüstchen ohne Fett) in feine Scheibchen schneiden. 200 g Blätterteig zu kleinen, 4 mm dicken Rondellen auswallen. Mit Eigelb bestreichen und 8 Minuten bei 220 °C backen. Das Geflügelfleisch in 2 Esslöffeln Brat-butter kurz anbraten. Aus der Pfanne nehmen. 2 gehackte Schalotten hinein-geben und anziehen lassen. 1 fein-geschnittene Trüffel zufügen und mit 3 Esslöffeln Weisswein ablöschen. Etwas einkochen lassen, dann 2 dl Rahm zugeben. Weiterkochen, bis die Sauce sämig wird. Mit Salz, Pfeffer und Kerbel abschmecken. 20 g Foie gras



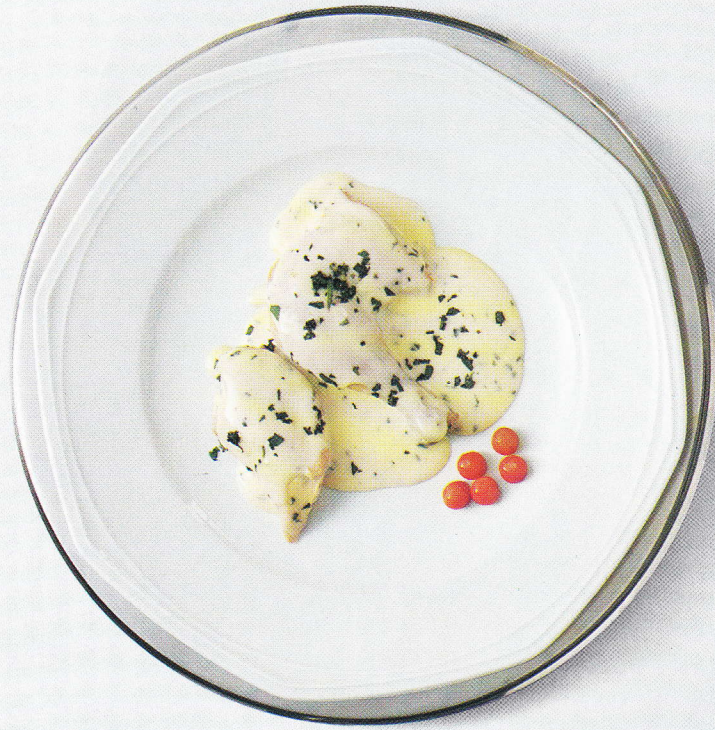
oder Mousse de foie gras in der Sauce auflösen. Das Fleisch in die heisse Sauce geben. Die Feuilletés halbieren. Die unteren Hälften mit dem Ragout belegen und mit den Teigdeckeln abschliessen. Mit Kerbelblättern garnieren.

Mittelpunkt einer festlichen Mahlzeit

Poularde an Champagnersauce

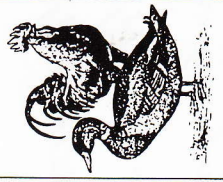
Für 4 Personen:
1 Poularde oder ein grosses Poulet zu ca. 1,6 kg in 8 Stücke teilen. Die Haut und die grössten Knochen entfernen. Das Fleisch unter Wenden in Butter anziehen lassen. 2 Esslöffel gehackte Schalotten mitdünsten. Mit Salz und Pfeffer würzen. 1 1/2 dl Champagner oder Sekt zugliessen. Etwas einkochen lassen. 1 dl Hühnerbouillon zugeben und zugedeckt 10-15 Minuten langsam

schmoren lassen. Das Fleisch aus der Pfanne nehmen und warmstellen. Den Fond passieren, 1 dl Champagner zufügen, wieder in die Pfanne geben und auf 1 dl einkochen. 1 dl Rahm zugeben und 2-3 Minuten kochen lassen. 60 g kalte Butterstücke unter die Sauce rühren. Mit Salz, Pfeffer und 1/2 Esslöffel gehacktem Estragon abschmecken. Mit Trockenreis oder Rahm-Kartoffelpüree servieren.



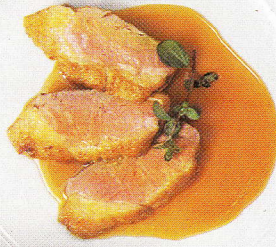
Gefüllte Pouletbrüstchen im Blätterteig

Für 4 Personen:
4 Pouletbrüstchen ohne Haut und Knochen so einschneiden, dass eine Tasche entsteht. 200 g Mascarpone mit 2 Esslöffeln gehackten Baumnusskernen und 100 g Gorgonzola gut mischen. Die Brüstchen mit einer kleinen Scheibe Rohschinken und der Käsemischung füllen. 300 g Blätterteig 3–4 mm dick ausrollen. 4 Rechtecke schneiden, die Pouletbrüstchen darauflegen und gut einpacken. Mit Eigelb bestreichen. Nach Belieben mit Teigresten dekorieren, nochmals mit Ei bepinseln und 10 Minuten im Backofen bei 220 °C backen. Mit viel Salat servieren.



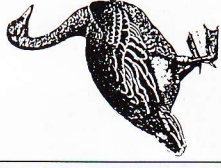
Entenbrust mit Honigessigsauce

Für 4 Personen:
Die Hautseite von 2 grossen oder 4 kleinen Entenbrüsten mit einem scharfen Messer gitterförmig einschneiden. Das Fleisch mit der Hautseite nach unten im eigenen Fett goldgelb anbraten, dann wenden und auf der anderen Seite ebenfalls braten. Salzen, pfeffern, warmstellen und mit einer Alufolie abdecken. Das Fett aus der Pfanne abgiessen, 1 Esslöffel gehackte Schalotten hineingeben und anziehen lassen. Mit 4 Esslöffeln Weisswein aufkochen. 4 Esslöffel klare Sauce zufügen und auf die Hälfte einkochen lassen. Passieren, wieder in die Pfanne geben und den ausgelassenen Saft des Fleisches zufügen. Mit wenig Knoblauch, je 1 Esslöffel Honig und Honigessig und Cayennepeffer abschmecken. 40 g kalte Butterflocken unter die Sauce schlagen. **Tips:** Entenbrüste sind als Teile erhältlich. Man kann auch Pouletbrüsten auf diese Art zubereiten.

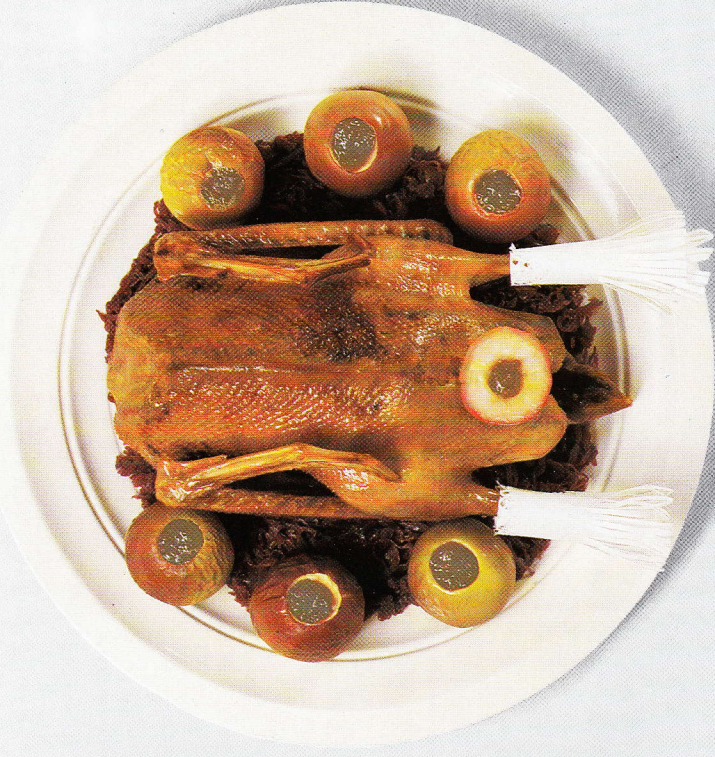


Gans nach Grossmutterart

Für 4 Personen:
1 pfannenfertige Gans zu ca. 3 kg würzen. Mit dem Rücken nach unten in einen grossen Bräter legen. Mit 1 Liter heisser Hühnerbouillon übergiessen und 30 Minuten bei 200 °C zudeckt dämpfen. Den Deckel entfernen und im eigenen Fett braten, bis die Gans braun und gar ist (ca. 1 Stunde). Die Brust ab und zu mit wenig kaltem

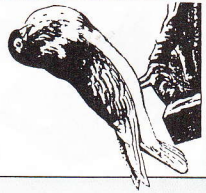


Wasser bespritzen. Dadurch wird die Haut besonders knusprig. Ab und zu etwas Fett aus dem Fond abschöpfen. 30 Minuten vor Ende der Bratzzeit halbe, mit Preiselbeeren gefüllte Äpfel (feste Sorte) zufügen. Die Gans tranchieren und mit den Äpfeln garnieren. Den Bratensaft entfrieren und sämig kochen. Mit Salz, Pfeffer und gehacktem oder getrocknetem Beifuss würzen. Rotkraut oder Rosenkohl und Kartoffelpuffer passen gut dazu.

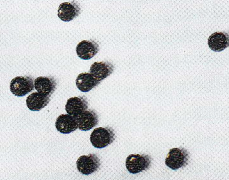
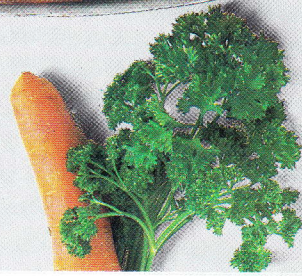


Täubchen mit Wacholder und Gemüse

Für 4 Personen:
4 Täubchen zu ca. 300 g innen und aussen salzen, pfeffern und in 2 Esslöffeln Bratbutter in einer Pfanne allseitig gut anbraten. Herausnehmen, mit 5-6 zerdrückten Wacholderbeeren bestreuen und mit je 1 Scheibe Magerspeck umwickeln. Die Täubchen in eine feuerfeste Form geben. Den Bratenfond mit 1 dl Hühnerbouillon lösen und zufügen.



10-12 Minuten bei 200 °C im Backofen braten. Ab und zu mit Bratensaft begießen. Karotten und weisse oder gelbe Rüben oder Kohlrabi schälen und in Stengeln schneiden. Mischen und auf einem Siebeinsatz über Dampf garen. Die Täubchen herausnehmen und anrichten. Den Bratensaft etwas einkochen lassen. Die Täubchen mit dem Gemüse garnieren und mit dem Fond begießen.
Tip: Coquelets können ebenfalls nach diesem Rezept zubereitet werden.



Ente mit weissen Rüben

(Pato con nabos, Spanien)

Für 2-3 Personen:
1 pfannenfertige Ente zu 1,5-2 kg innen und aussen gut salzen und pfeffern. In 4 Esslöffeln Olivenöl im Backofen bei 220 °C 10 Minuten allseitig gut anbraten. 100 g Speck aus dem Salz in sehr kleine Würfel schneiden. 1 gehackte Zwiebel und 1 geschälte, kleingeschnittene Tomate zufügen und kurz mitdünsten. 1 Zweig Petersilie, 1 Teelöffel Rosmarinnadeln, 1 Lorbeerblatt und 2 gehackte Knoblauchzehen zugeben. 2 dl Weisswein beifügen und 35 Minuten bei 180 °C fertiggaren. 400 g kleine, weisse Rüben oder Navets schälen und in Scheiben schneiden. In 1 Esslöffel Olivenöl anziehen lassen und 30 Minuten vor Ende der Kochzeit zur



Ente geben. Je 12 geschälte Mandeln und Haselnüsse rösten, dann mahlen oder im Mörser zerstoßen. Mit 2 dl Hühnerbouillon und 1 Esslöffel Weizenstärke verrühren. 15 Minuten vor dem Anrichten zur Sauce geben und pikant abschmecken.

Ausländische Weihnachtshäuche

Seit Jahrhunderten nimmt das Geflügel einen wichtigen Platz auf der festlichen Tafel ein. Gewisse Traditionen haben sich bis heute erhalten. So gehört zum Beispiel ein Hahn oder ein Kapaun in Katalonien unbedingt auf den Weihnachtstisch. Bereits in der Suppe ist Huhn enthalten. Danach folgt ein mit Dörrfrüchten gefüllter Kapaun, Hahn oder auch eine Ente. Früher wurden am nächsten Tag noch Leber, Herz, Magen und Kamm des Hahnes aufgetragen.

Auch in der Provence gehört eine Truthenne oder ein Truthahn, eine Poularde oder mindestens ein Hähnchen zur «Calena», dem provenzalischen Weihnachtsfest.

Der Truthahn wird in den Vereinigten Staaten von Amerika nicht nur am vierten Donnerstag im November, dem «Thanksgiving day» und höchsten Feiertag des Jahres, aufgetragen. Geschätzt wird dieses Geflügel ebenso an Weihnachten, wie immer mehr auch bei uns in der Schweiz. Es ist nicht mehr nötig, wie früher einen riesengrossen Truthahn zu kaufen. Es gibt schon kleine Exemplare ab 2½ kg und für Kleinhaushalte zarte Truthahnbrust oder Truthahnschenkel, die wie ein Bratenstück zubereitet werden können.

Poularde nach Brüsseler Art

(Poularde poêlée aux witloofs, Belgien)

Für 4 Personen:
1 Poularde oder ein grosses Poulet zu 1,6 kg salzen, pfeffern und in Bratbutter im Ofen bei 250 °C allseitig gut anbraten. Immer wieder mit Bratensaft begiessen und bei 200 °C 45–50 Minuten weiterbraten. 6 Brüsseler Endivien putzen (den harten Strunk wegschneiden). Eine Pflanze mit weissem Boden grosszügig mit Butter bestreichen. Die Endivien



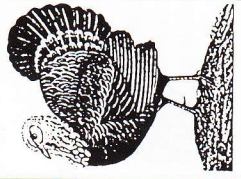
nebeneinander hineinlegen. Mit 1–2 Esslöffeln Zitronensaft und 1 dl Wasser begiessen. Mit Salz, Pfeffer und 1 Teelöffel Zucker bestreuen. Mit bebutterter Alufolie abdecken und mit einem Teller beschweren. Zugedeckt 20–25 Minuten garen.

10 Minuten vor Ende der Bratzeit den Fond der Poularde entfetten und die Endivien dazugeben, damit sie im Ofen noch leicht Farbe annehmen. Die Poularde anrichten, die Endivien dazulegen und mit viel gehackter Petersilie bestreuen.

Truthahn mit Kastanienfüllung

(Turkey with chestnut stuffing, USA)

Für 6–8 Personen:
200 g tiefgekühlte, geschälte Kastanien nach dem Auftauen vierteln. 100 g Geflügellebern würfeln. 300 g gehacktes Geflügelfleisch (Truthahn oder Poulet) und 200 g gehackten Magerspeck mit 2 Eiern, den Kastanien und den Lebern mischen. 1 grosse, gehackte Zwiebel in 2 Esslöffeln Butter anziehen lassen und zufügen. Alles gut mischen und mit Salz, Pfeffer, Thymian, Majoran und nach Belieben mit 1 Esslöffel Cognac



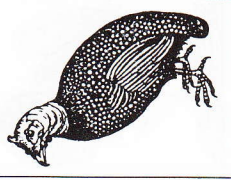
abschmecken. Einen Truthahn von 3–4 kg innen und aussen salzen. Mit der Masse füllen und zunähen. Den Truthahn mit weicher Bratbutter bestreichen und 1 Stunde im Ofen bei 230 °C allseitig anbraten. 1½ dl Weisswein zufügen und 1½ Stunden bei 180 °C weiterbraten. Ab und zu mit Bratenfond begiessen. Nach dem Anrichten den Bratenfond mit 2 dl Hühnerbouillon lösen, etwas einkochen und separat servieren.
Tip: Eine Gans oder ein Kapaun können ebenfalls auf diese Art gefüllt werden.



Gefülltes Perlhuhn nach Art der Provence

(Pintade farcie à la provençale, Frankreich)

Für 4–5 Personen:
Je ½ grünen, gelben und roten Peperone entkernen und in sehr kleine Würfel schneiden. 50 g Champignons grob hacken und mit 1 Esslöffel Zitronensaft mischen. 1 gehackte Zwiebel in 2 Esslöffeln Olivenöl anziehen lassen. Die Champignons und 200 g gehacktes Pouletfleisch kurz mitdünsten. 3 Esslöffel gekochten Reis, 1 Esslöffel Provencekräuter, 2 durchge-



presste Knoblauchzehen, 1 verquirltes Ei und die Peperoniwürfelchen dazumischen. Mit Salz, Pfeffer und wenig Koriander abschmecken. 2 Perlhühner innen und aussen salzen und pfeffern. Mit der Masse füllen und zunähen. Mit Olivenöl bestreuen. Bei 220 °C im Backofen allseitig anbraten. Bei 200 °C ca. 45 Minuten weiterbraten. Den Bratensaft entfetten, mit etwas Weisswein lösen und nach Belieben mit 1–½ dl klarer Sauce verlängern. Mit Provencekräutern und Cayennepfeffer abschmecken.
Tip: Auch Poullets oder Enten können so gefüllt werden.



Reste vom Feste

War der Truthahn, die Gans oder das Poulet etwas zu gross, bleiben Reste zurück, die, mit einfachen Zutaten angereichert, herrliche, schnelle Kleingerichte für den nächsten Tag ergeben. Diese Gerichte lassen sich aber auch mit rohem Geflügelfleisch, z.B. Geschnetzeltem, zubereiten.

Pilaw mit Gemüse

Für 2 Personen:
100 g Reis in 1 Esslöffel Butter glasig dünsten. 1 kleine gehackte Zwiebel zugeben, kurz mitdünsten, dann 3–4 dl Hühnerbouillon zugossen und 10 Minuten unter gelegentlichem Rühren kochen. 200 g gemischtes, feingewürfeltes Gemüse (Peperoni, Zucchini, Auberginen, geschälte Tomaten) mit 1 feingehackten Knoblauchzehe 5 Minuten in 1 Esslöffel Butter dünsten. Mit 200 g geschnetzeltem Geflügelfleisch (Poulet, Perlhuhn, Truthahn) mischen, pikant abschmecken und unter den Reis ziehen. 5 Minuten ziehen lassen und nach Bedarf nachwürzen.
Tip: Nach Belieben gehackte Kräuter daruntermischen.



Festliche Pastetchen

Für 4 Personen:
20 g getrocknete Steinpilze in 1 dl Wasser 10 Minuten einlegen. 300 g Geflügelfleisch (Ente, Poulet, Gans, Truthahn, Perlhuhn) ohne Haut und Knochen kleinschneiden. 2 gehackte Schalotten in 1 Esslöffel Butter anziehen lassen. Die abgetropften Steinpilze zufügen und kurz mitdünsten. Mit Salz, Pfeffer und ½ Teelöffel getrocknetem Majoran



bestreuen. Mit 1 dl passiertem Einlegewasser der Steinpilze ablöschen. Auf die Hälfte einkochen lassen. 2 dl Rahm zugeben und weiterkochen, bis die Sauce sämig wird. 4 kleine Pastetenhüllen im Ofen erhitzen. Das Fleisch in der Sauce erwärmen, abschmecken und in die heissen Pasteten einfüllen.
Tip: Man kann der Sauce 150 g tiefgekühlte Erbsen beifügen.