



GEFÜLLTE POULETBRUST MIT ESTRAGONSCHAUM



QimiQ VORTEILE

- Cremiger Genuss bei weniger Fett
- Füllungen bleiben länger saftig
- Unterstreicht den Eigengeschmack der Zutaten
- Sämige Konsistenz im Handumdrehen



25



leicht

ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN

4 Pouletbrustfilets à 125 g

FÜR DIE FÜLLUNG

65 g QimiQ Rahm-Basis, ungekühlt

200 g Pouletbrustfilet, gehackt

1 Eiweiss

20 g Sprossen nach Wahl

10 g Rucola, grob gehackt

15 g rote Peperoni, gewürfelt

20 ml Sherry, trocken

Salz und Pfeffer

10 ml Olivenöl

FÜR DEN ESTRAGONSCHAUM

250 g

200 ml Gemüsebouillon

10 ml Sherry, trocken

Salz und Pfeffer

Worcestershiresauce

100 g Estragon, fein gehackt

ZUBEREITUNG

1. In die Pouletbrüste eine Tasche schneiden, würzen und zur Seite stellen.
2. Für die Füllung: QimiQ glatt rühren. Gehacktes Pouletfleisch mit dem Eiweiss dazumischen. Sprossen, Rucola, Peperoni, Sherry, Salz und Pfeffer dazugeben und gut vermischen.
3. Die vorbereiteten Pouletbrüste damit füllen, mit einem Zahnstocher verschliessen, in Olivenöl anbraten und bei mittlerer Hitze zugedeckt ca. 20 Minuten braten.
4. Für den Estragonschaum: Gemüsebouillon mit Sherry, Salz, Pfeffer und Worcestersauce abschmecken und aufkochen.
5. QimiQ Saucenbasis dazugeben und bis zur gewünschten Sämigkeit weiterköcheln lassen. Estragon dazugeben und aufschäumen.