

Bresse-Kapaun mit Gemüsefüllung

Zutaten für 4 bis 6 Portionen:

1 Bresse-Kapaun (2,7 kg)

125 g Butter

Gemüse für die Füllung und die Soße:

2 Zwiebeln

2 – 3 Petersilienwurzeln

1 Kartoffel, festkochende Sorte

2 Karotten

1 Stange Staudensellerie

4 EL gehackte Petersilie

10 cm Lauch

Salz

frisch gemahlener Pfeffer

1 Knoblauchzehe

Die Gemüsebeilage:

1 Zucchini

2 Kartoffeln, festkochende Sorte

2 Karotten

1 Stange Staudensellerie

Außerdem:

4 Scheiben Frühstücksspeck (Bacon)

2 EL Öl

½ Liter Wasser

½ Liter Hühnerfond

1 EL Weizenmehl

200 ml Sahne

1 EL Cognac



Zubereitung:

Zum Beweis dass es ein echter Bresse-Kapaun ist, wird dieser mit Hals (da sind noch weiße Federn dran) und Kopf, sowie mit einem Stück der blauen Beine verkauft. Der Kopf kommt weg, die Federn auch. Den Hals schneiden wir auch ab, er wird später für eine gute Soße mit in die Bratreine gegeben. Unser Kapaun war ohne Innereien. Die blauen Beine schneiden wir jetzt auch weg und entsorgen sie. Dann – das ist wichtig – entfernen wir den ganzen Bürzel oder zumindest die Talgdrüsen darauf.

Zuerst benötigen wir das Gemüse für die Füllung und die Soße. Dazu werden die Zwiebeln geschält und fein gewürfelt. Eine davon ist für die Füllung, die andere für die Soße. Eine Kartoffel schälen wir ebenfalls und schneiden sie in kleine Würfel. Auch die Karotten werden geschält und je nach Durchmesser halbiert, geviertelt und gewürfelt. Eine Karotte ist für die Füllung. Die Petersilienwurzeln werden ebenfalls geschält und gewürfelt. Der Staudensellerie kommt ebenfalls in die Füllung und wird gewaschen und gewürfelt. In einer Pfanne erhitzen wir 2 EL Butter. Geben die Zwiebel für die Füllung zu, schwitzen diese glasig und geben dann das andere Gemüse für die Füllung dazu und dünsten es etwa 5 Minuten. Eine große Fettpfanne in den Backofen stellen und den Backofen auf 200 °C vorheizen.

WWW.KOCHBAEREN.DE

Rezepte>Geflügelgerichte>Rezept: Bresse-Kapaun

So ... nun ist Teamarbeit angesagt. Einer hält den Kapaun senkrecht und hinten auf, der Andere streut Pfeffer und Salz hinein. Eine halbe Knoblauchzehe wird mit der Knoblauchpresse ebenfalls hinein gepresst und mit den Fingern verteilt. Nun werden die Gemüsewürfel hinein gefüllt. Außen reiben wir den Kapaun ebenfalls mit Knoblauch ein und salzen die Haut gut, damit sie später schön knusprig wird. Wir wickeln die Bacon - Scheiben um den unteren Teil der Beine, binden dem Kapaun mit Küchengarn die Beine zusammen und die Flügel fest an den Körper.

So vorbereitet kommt der Kapaun jetzt in eine große Fettpfanne, in der wir 2 EL Öl verteilt haben. Nach etwa 15 – 20 Minuten reduzieren wir die Hitze auf 180 °C / Heißluft, geben das Gemüse für die Soße und 2 EL Butter dazu, lassen das Gemüse etwas anschwitzen und gießen dann mit Wasser und Hühnerfond auf.

Während der nächsten 1 ½ Stunden wird der Kapaun regelmäßig mit dem Fond begossen, damit er nicht zu trocken wird.

In der Zwischenzeit werden die Gemüse für die Gemüsebeilage vorbereitet. Die Kartoffeln geschält und gewürfelt, die Karotten geschält und gewürfelt, die Zucchini und der Staudensellerie nur gewaschen und je nach Größe in Scheiben geschnitten oder auch gewürfelt. Bei größeren Zucchini-Exemplaren entfernen wir die Kerngehäuse.

Etwa eine halbe Stunde bevor der Kapaun gar ist, nehmen wir ihn kurz heraus und seihen den Bratensaft durch ein Spitzsieb in einen Soßentopf. Wir geben 3 EL Butter in die Fettpfanne, das Gemüse dazu und legen den Kapaun obenauf. So kommt das Ganze eine weitere halbe Stunde in den Backofen. In dieser Zeit den Kapaun regelmäßig mit Fett und Butter bepinseln.

Der Bratenfond wird aufgekocht und entfettet. Aus 1 EL Mehl und 1 EL Butter stellen wir eine helle Mehlschwitze her, die wird mit dem Bratenfond aufgegossen und 10 Minuten gekocht. Die Soße wird dann noch mit Sahne und Cognac verfeinert.

Als zusätzliche Beilage – und typisch französisch - können Sie noch ein Kartoffelgratin (Gratin dauphinois) machen.

Tipp von www.kochbaeren.de: Ein echtes A.O.C. Bresse Huhn bekommen sie in Deutschland nicht so einfach. Es gibt aber auch in Deutschland engagierte Geflügelzüchter, die Wert auf Qualität legen und ihr Geflügel artgerecht halten und füttern. Einer, der sich auch mit der Aufzucht von Bressehühnern befasst ist Herr Krötz. Lesen Sie hier mehr über Bressehühner in Deutschland.

Übrigens anstatt dem Gemüse, dass im Backofen gebraten wird, eignet sich auch Gemüse zubereitet im Dampfgarer. Weil es aber eine sehr gute Soße gibt, passen hierzu Kartoffelklöße oder Salzkartoffeln hervorragend.