

## Kapaun, entbeint, gefüllt

### Zutaten für 8 Portionen:

1 Kapaun, 3,7 kg  
(entbeint nach unserer Anleitung)  
Öl  
Salz  
Thymian, getrocknet  
Bindegarn  
Alufolie

### Für die Füllung:

300 g Kalbsbrät  
60 g Butter  
60 g Semmelbrösel  
(selbst hergestellt)  
2 Karotten  
2 Eier  
Salz  
Thymian  
1 TL gehackte Petersilie  
Ein Zweig Rosmarin



### Zubereitung:

Den Kapaun zu entbeinen haben wir Kochbären zuerst an einem großen Maishähnchen geübt. Wie das geht finden Sie bei unserer Anleitung. Diese enthält viele Bilder – also nur anschauen, wenn sie den Anblick vertragen können! Zusätzlich haben wir beim Kapaun in die Brust noch eine Tasche auf beiden Seiten eingeschnitten. Für das Entbeinen sollten Sie beim ersten Mal genügend Zeit einplanen!

Für die Füllung wird die Butter flüssig gemacht und mit den Eiern in das Kalbsbrät eingearbeitet. Für die Semmelbrösel haben wir diesmal zwei Toastbrote fein gewürfelt, tiefgefroren und dann im gefrorenen Zustand noch in der Gefrierhülle teilweise zerklopft. So werden die Semmelbrösel gröber und die Füllung lockerer. Zur weiteren Lockerung haben wir noch zwei Karotten ganz fein (3 mm) gewürfelt und ebenfalls unter die Füllung gemischt. Mit Salz, Thymian und gehackter Petersilie gewürzt ist die Füllung für den entbeinten Kapaun fertig.

Der entbeinte Kapaun wird innen leicht mit Salz und Thymian gewürzt, dann wird diese Füllung in die Löcher gedrückt, die beim Entfernen der Knochen aus Schenkel und Flügel entstanden sind. Außerdem auf das Innere des entbeinten Kapauns und natürlich auch in die Tasche in der Brust gestrichen. Einen Rosmarin-Zweig dazu gegeben und den Kapaun zusammengebunden. Dazu lässt man sich helfen. Der Helfer hält zuerst die Beine des Kapauns zusammen und diese bindet man zuerst zusammen. Diesmal haben wir Kochbären von unserem Metzger Wurstbündel dafür bekommen.

Der außen leicht gesalzene Kapaun kommt mit etwas Öl bestrichen auf das Grillblech und so in den auf 200 °C vorgeheizten Backofen. Wer einen Backofengrill mit rotierendem Grillkorb hat, kann den entbeinten Kapaun auch im Grillkorb des

# WWW.KOCHBAEREN.DE

## Rezepte > Fleischgerichte > Rezept : Kapaun, entbeint, gefüllt

Backofens grillen. Wir haben den Kapaun im Bräter gemacht und die Temperatur auf 175 °C herunter geschaltet, nachdem der Kapaun zuerst bei 200 °C rundherum angebraten war. Den gefüllten Kapaun haben wir zwei und einhalb Stunden im Backofen gelassen.

Um eine Soße zu bekommen haben wir mit der Geflügelbrühe aus den Karkassen eine helle Sahnesoße gemacht.

Dazu gab es ein Steinpilz-Kartoffelgratin.

Das Besondere am entbeinten und wieder gefüllten Kapaun ist zunächst, dass man ihn besonders bequem servieren kann – man schneidet ihn einfach in Scheiben. Außerdem bleibt das Fleisch besonders saftig, was schwierig wäre, wenn die (etwa 8-10 cm dicke) Brust nicht eingeschnitten wäre.

© WWW.KOCHBAEREN.DE