

Poulardenbrust in Kokos-Panade

Zutaten für 4 Portionen:

1 Poulardenbrust , (beide Seiten je ca. 300 g)
1 kg Rosenkohl,
1 Zwiebel,
800 g Kartoffeln (festkochend),
60 g Kokosraspeln,
2 Eier (Größe M),
2 EL gehackte Blattpetersilie,
3 EL Öl, 30 g Butter,
2 TL Curry,
30 g Mehl,
425 ml Gemüsebrühe (Instant),
75 g Schlagsahne,
1 Prise Zucker,
Salz,
schwarzer Pfeffer.



Zubereitung:

Rosenkohl putzen. In kochendes Salzwasser geben und ca. 10 bis 15 Min. garen (Je nach Größe der Röschen, sie sollten noch „Biss“ haben). Das Wasser vom Rosenkohl abschütten und warm stellen. Die Kartoffeln schälen und in mundgerechte Würfel schneiden. In kochendem Salzwasser 10 Min. garen. Wasser abschütten und Topf schütteln, damit das restliche Wasser schnell verdampft.

Eine passende feuerfeste Form für die Poulardenbrust bei 180 °C in den Backofen stellen. In zwei tiefe Teller jeweils die verquirlten Eier und die Kokosraspeln geben. In einer großen beschichteten Pfanne das Öl erhitzen. Die Poulardenbrust der Länge nach halbieren, würzen und wenn das Öl heiß ist, die Poulardenbrust zuerst im Ei, dann in den Kokosraspeln wälzen und sofort in die Pfanne geben. Rundherum goldbraun anbraten. Die Poulardenbrust zum durchziehen in die Feuerfeste Form im Backofen geben.

Die Zwiebel abziehen, fein würfeln und in der Pfanne mit Butter weich dünsten ohne dass sie Farbe annimmt. Mit Curry bestäuben, kurz anschwitzen, mit Mehl bestäuben und ebenfalls anschwitzen. Unter Rühren mit Brühe ablöschen. Die Sahne zugeben und aufkochen lassen.

Mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken. Bei Bedarf noch etwas Curry zugeben.

Den gut abgetropften Rosenkohl (große Röschen halbieren) und die Kartoffelwürfel auf einer Platte anrichten. Die Soße darüber verteilen. Mit Petersilie bestreuen. Auf die Teller verteilen. Die Poulardenbrust schräg in ca. 5 cm lange Stücke schneiden und auf dem Gemüse anrichten.

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.](#)