

## Sendungsdokument „Silvia kocht“

- Sendedatum: 04.04.2024
- Folgennummer: 545
- Namen der KöchInnen: Philipp Stohner
- Auflistung der Gerichte:

<u>Name des Gerichts</u>	<u>Zubereitung</u>
<p><b>„Gebratenes Maishendl mit geblähtem Mais &amp; Popcornschaum“</b></p> <p><u>Zutaten</u> (4 Personen)</p> <p>Für das Hendl</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• 4 Maishendl-Brüste</li><li>• 2 EL Butter</li><li>• Abrieb einer ½ Zitrone</li><li>• Salz</li><li>• Pfeffer</li><li>• 1 Thymianzweig</li><li>• 2 Knoblauchzehen</li></ul> <p>Für den geblähten Mais</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• 2 Maiskolben (gekocht)</li><li>• 2 EL Butter</li><li>• Salz</li><li>• 2 EL Kristallzucker</li><li>• 1 Bunsenbrenner</li></ul> <p>Für den Popcornschaum</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• 1 Packung Popcorn</li><li>• 150 ml Sherry oder Weißwein</li><li>• 250 ml Hühnerfond</li><li>• 100 ml Obers</li><li>• 1 EL braune Butter</li><li>• Salz</li><li>• Cayennepfeffer</li></ul> <p>Für die cremige Polenta</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• 100 g Blitzpolenta (grob)</li><li>• 200 ml Hühnerfond</li><li>• 100 ml Obers</li><li>• 1 EL braune Butter</li><li>• Salz</li><li>• Cayennepfeffer</li></ul>	<p><b>1.</b> Für den Popcornschaum den Sherry (oder Weißwein) in einem Topf erhitzen und auf etwa die Hälfte reduzieren lassen. Im Anschluss mit dem Hühnerfond und dem Obers aufgießen. Das Popcorn hinzugeben und alles zirka 30-45 Minuten ganz leicht köcheln lassen. Danach die Flüssigkeit durch ein Sieb in einen Topf gießen, mit Salz und Cayennepfeffer abschmecken und mit etwas brauner Butter mit einem Pürierstab schaumig mixen.</p> <p><b>2.</b> Für die cremige Polenta den Hühnerfond und das Obers in einem Topf erhitzen und die Blitzpolenta einrühren. Alles 10 Minuten leicht köcheln lassen, bis die Masse schön sämig und weich ist. Dann mit brauner Butter, Salz, Cayennepfeffer und geriebener Muskatnuss abschmecken.</p> <p><b>3.</b> Nun die Hendlbrüste putzen und in einer Pfanne in etwas Butter bei mittlerer Hitze kurz anbraten. Den Thymianzweig und die angedrückten Knoblauchzehen dazugeben und mit Salz, Pfeffer und Zitronenabrieb würzen. Die Brüste danach bei 140° C Umluft im Rohr fertiggar, je nach Größe etwa 10-15 Minuten.</p> <p><b>4.</b> Für den geblähten Mais die gekochten Maiskolben vorsichtig am Stil der Länge nach herunterschneiden (die einzelnen Segmente sollten erhalten bleiben) und auf ein Backblech (ohne Backpapier!) legen. Dann die Mais-Segmente mit etwas Kristallzucker und Salz würzen und mit einem Bunsenbrenner abflammen. Etwas Butter auf den geblähten Mais geben und diesen bis zum Anrichten ins Rohr zum Hendl geben.</p>

- geriebene Muskatnuss

Für die Garnitur

- frische Vogelmiere
- Popcorn

**5.** Zum Schluss die cremige Polenta mittig auf einem flachen Teller anrichten. Dann eine Hendlbrust der Länge nach halbieren und die Hälften auf die Polenta legen. Die geblähten Mais-Segmente und den Popcornschaum dazugeben und das Gericht mit Popcorn und frischer Vogelmiere garnieren.

## Name des Gerichts

### **„Knuspriger Gerstlknödel ohne Ei & Mehl mit lauwarmem Krautsalat“**

#### Zutaten

(4 Personen)

Für die Gerstlknödel

- 150 g gekochte Gerste
- 50 g Selchfleisch
- Salz
- Pfeffer
- geriebene Muskatnuss
- Kümmel
- Pflanzenöl zum Frittieren

Für den lauwarmen Krautsalat

- ½ Kopf Weißkraut
- ½ Zwiebel
- 50 g Speckwürfel
- Hühnerbrühe oder Gemüfefond
- Apfelbalsamessig
- Rapsöl
- Salz
- Kristallzucker
- Pfeffer
- geriebene Muskatnuss
- Kümmel

Für die Garnitur

- frischer Schnittlauch

## Zubereitung

- 1.** Die Gerste am besten über Nacht in einem Topf in Wasser einweichen und dann komplett weichkochen. Die Hälfte der Gerste in einem Küchencutter feinmixen oder, noch besser, im Fleischwolf faszieren.
- 2.** Die fasziierte/gemixte Masse mit der restlichen gekochten Gerste vermengen, das Selchfleisch in kleine Würfel schneiden und in die Masse geben und alles mit Salz, Pfeffer, geriebener Muskatnuss und Kümmel abschmecken. Aus der Masse kleine Knödel drehen und diese in reichlich heißem Pflanzenöl goldbraun frittieren. Dann auf etwas Küchenpapier abtropfen lassen.
- 3.** Für den Krautsalat das Kraut vom Strunk befreien und in sehr feine Streifen schneiden. Die Speckwürfel in der Pfanne bei mittlerer Hitze knusprig braten und die feingeschnittene Zwiebel hinzufügen. Dann das Kraut hinzugeben und alles kurz anschwitzen. Nun mit einem Schluck Hühnerbrühe (oder dem Gemüfefond) und einem Spritzer Apfelbalsamessig ablöschen und die Flüssigkeit 2-3 Minuten einkochen lassen. Das Kraut mit Salz, Pfeffer, einer Prise Kristallzucker, Kümmel und geriebener Muskatnuss abschmecken und einen kleinen Schluck Rapsöl hineinmengen.
- 4.** Zum Schluss den warmen Krautsalat auf einem flachen Teller anrichten, die Gerstlknödel daraufsetzen und mit frischem Schnittlauch garnieren.

