

Poulardenbrust mit Rhabarber-Chutney

Zutaten:

- 1 kg Rhabarber, 2 Äpfel
- 1 Esslöffel Zitronensaft
- ½ Päckchen getr. Mangos ungesüßt*, eingeweicht und in Stücke geschnitten
- 5 Schalotten
- 1 grüne Chilischote
- 125 ml Weißweinessig
- 150 g Rohrzucker*, Pfeffer*, Salz*
- Currypulver *, 2 EL Olivenöl*
- 4 Poulardenbrustfilets

* *im Weltladen erhältlich*

Zubereitung:

- 🌐 Rhabarber putzen, abbrausen, schälen und in ca. 1 cm große Stücke schneiden. Äpfel schälen, vierteln, entkernen und klein würfeln. Sofort mit Zitronensaft beträufeln. Mangos hinzufügen. Schalotten abziehen und ebenfalls klein würfeln. Chilischote abbrausen, längs aufschneiden, entkernen und würfeln.
- 🌐 Essig und Zucker erhitzen, bis sich der Zucker gelöst hat. Obst, Schalotten, Chili zufügen, aufkochen und unter gelegentlichem Rühren ca. 20 Min. einkochen. Mit Salz, Pfeffer und Curry abschmecken. Abkühlen lassen.
- 🌐 Backofen auf 120 Grad vorheizen, Fleisch abbrausen, trocken tupfen, salzen, pfeffern und im Öl von jeder Seite 2-3 Min. braten. In Alufolie wickeln und im Ofen in ca. 20 Minuten gar ziehen lassen.
- 🌐 Filet aus dem Ofen nehmen, aus der Folie wickeln und in Scheiben schneiden. Mit dem Rhabarber-Chutney anrichten. Dazu passt Basmati-Reis*.

Guten Appetit