

Fasanen-Brust mit Apfel-Calvados-Soße, Maronen, Polenta

Für zwei Personen

Für die Fasanenbrust:

| | | |
|-----------------|------------------|---------------|
| 2 Fasanenbrüste | 4 Scheiben Speck | Butterschmalz |
| Salz | Pfeffer | |

Für die Apfel-Calvados-Sauce:

| | | |
|-----------------|-----------------|---------------|
| 1 Apfel | 1 Zwiebel | 200 ml Sahne |
| 300 ml Wildfond | 50 ml Sojasauce | 2 cl Calvados |
| Zimt | Salz | Pfeffer |

Für die Polenta:

| | | |
|-----------------|-------------------|---------------------|
| 100 g Maisgries | 200 ml Gemüsefond | 200 ml Milch |
| 1 EL Butter | 1 Muskatnuss | Zimt, Salz, Pfeffer |

Für die Maronen:

| | | |
|-----------------------|--------------|-------------|
| 200 g vorgeg. Maronen | 100 ml Sahne | 2 TL Zucker |
| 1 EL Butter | Salz | Pfeffer |

Für die Fasanenbrust:

Den Ofen auf 60 Grad Umluft vorheizen.

Die Fasanenbrust auslösen und parieren. Mit Salz und Pfeffer würzen und mit Speck umwickeln. In Butterschmalz von beiden Seiten je 2-3 Minuten bei mittlerer Hitze anbraten. Danach im Ofen warmstellen. Die Pfanne für die Sauce bereitstellen.

Für die Apfel-Calvados-Sauce:

Die Zwiebel abziehen. Den Apfel schälen, entkernen und in Streifen schneiden. Im Bratfett der Fasanenbrust anschwitzen, mit Wildfond ablöschen. Die Apfelspalten aus der Pfanne nehmen. Den Wildfond mit Sojasauce und Sahne auffüllen und einköcheln lassen. Mit Salz, Pfeffer und Zimt würzen und den Calvados zugeben. Mit den Äpfeln zusammen servieren.

Für die Polenta:

Fond und Milch aufkochen, mit Salz, Muskat, Pfeffer und Zimt würzen, den Gries einstreuen und bei mäßiger Hitze ca. 15 Minuten köcheln lassen. Umrühren, Butter zugeben und noch einmal verrühren.

Für die Maronen:

Zucker in die Pfanne geben, Butter hinzufügen und die Maronen darin karamellisieren. Mit Sahne ablöschen und mit Salz und Pfeffer würzen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Ute Dreissigacker am 10. Dezember 2019