



Sennhofladen.ch

Rezept:

gefülltes Perlhuhn

Dieses mit Kartoffeln und Sauerkraut gefüllte Perlhuhn zieht alle Blicke auf sich und bleibt lang in Erinnerung. ca. 35Minca. 35Min4 Personen4 Personen

Zutaten Füllung:

500 g rohes, mildes Sauerkraut
1 TL Öl
1 Zwiebel, fein gehackt
2 dl Apfelwein
100 g mehlig kochende Kartoffeln, grob gerieben
2 Äpfel (z.B. Elstar, Cox Orange), grob gerieben
4 EL Rosinen
0.75 TL Salz
wenig Pfeffer aus der Mühle

Zubereitung Füllung:

1. Sauerkraut abtropfen, sehr gut ausdrücken, mit einer Gabel lockern.
2. Öl warm werden lassen. Zwiebel andämpfen, Sauerkraut ca. 3 Min. mitdämpfen, Apfelwein dazugiessen, aufkochen, Hitze reduzieren, ca. 10 Min. köcheln.
3. Kartoffeln, Äpfel und Rosinen darunter mischen, ca. 5 Min. weiterköcheln, würzen, abkühlen.

Zutaten Perlhuhn:

1 Perlhuhn (ca. 1,4 kg; siehe Tipp), küchenfertig, beim Metzger bestellen
1 TL Salz
Pfeffer aus der Mühle
2 EL Bratbutter

Zubereitung Perlhuhn:

1. Perlhuhn kalt ausspülen, mit Haushaltspapier trockentupfen. Innen und aussen würzen, füllen, restliche Füllung beiseite stellen. Öffnung mit Zahnstochern verschliessen, Schenkel mit Küchenschnur zusammenbinden.
2. Bratbutter im Bratgeschirr in der unteren Hälfte des auf 240 Grad vorgeheizten Ofens heiss werden lassen. Das Perlhuhn mit der Brust nach oben hineinlegen, mit der heissen Bratbutter übergiessen. 15 Min. braten, Hitze auf 200 Grad reduzieren, restliche Füllung dazulegen, Perlhuhn ca. 1 Std. fertig braten. Dabei von Zeit zu Zeit mit der Bratflüssigkeit übergiessen. Das Perlhuhn ist gar, wenn beim Einstechen in einen Schenkel der austretende Fleischsaft klar ist.
3. Herausnehmen, Zahnstocher und Schnur entfernen, Perlhuhn tranchieren, restliche Füllung dazu servieren.

Tipp:

statt Perlhuhn Poulet verwenden, die Bratzeit bleibt gleich. Dazu passen: Spätzli.
Lässt sich vorbereiten: Füllung 1 Tag im Voraus zubereiten, zugedeckt im Kühlschrank aufbewahren.