



Hühnerherzen mit Puntarelle

Früher (vor ziemlich viel Jahren) fand man im Inneren eines Poulet ein Säcklein mit den Innereien des Huhns: Leber, Herz und Magen. Natürlich zuwenig, um daraus ein Menu zu kochen, es waren die Schnäppchen die zum gebratenen Poulet aufgetischt wurden. Mittlerweile findet man diese Delikatesse wieder, zum Beispiel in der Migros bei den Tiefkühlprodukten.

Die Hühnerherzen können in einer Sauce geschmort werden (siehe da: Hühnerherzen-Bolognese), sie schmecken aber auch kurzgebraten ausgezeichnet. Sie sind bissfest, aber keineswegs zäh.

Puntarelle, zu deutsch Spargelkohl oder Vulkankohl, sind die Blütenknospen einer Varietät des Catalogna. Wie sie zu rüsten ist, findet man da: Fusilli mit Puntarelle. Aus roher Puntarelle lässt sich ein feiner Salat zubereiten. Leicht gedämpft gibt das feinbittere Gemüse zusammen mit den säuerlich marinierten Hühnerherzen ein exquisites Ragoût.

Zutaten

150g Hühnerherzen (gefroren)
120g Puntarelle (vorgerüstet)
1 kleine Zwiebel, 20g
1El Noilly Prat
2Tl weisser Balsamico
1Tl Zitronensaft
2-3cm Peperoncino
5cl Hühnerbouillon
Salz und Pfeffer
Bratbutter

Zubereitung

Aufgetaute Hühnerherzen mit Haushaltspapier trockentupfen. An der offenen Seite der Herzen ist meist noch ein Stück Ader vorhanden, dieses mit einem spitzen Messer ausschneiden. Hühnerherzen in eine Schale geben und mit Noilly Prat, Balsamico und Zitronensaft übergossen, vermischen und 1 Stunde ziehen lassen.

Die Spitzen der Puntarelle abschneiden, den Schaft in ca. 2-3cm lange Stücke schneiden. Dabei die weissen, eher zähen Enden entsorgen. Die Schaftteile längs halbieren. Damit sich die geschnittene Puntarelle nicht verfärbt, gleich nach dem Schneiden mit etwas Zitronensaft beträufeln und vermischen. Im Dampfsieb ca. 4-5 Minuten dämpfen.

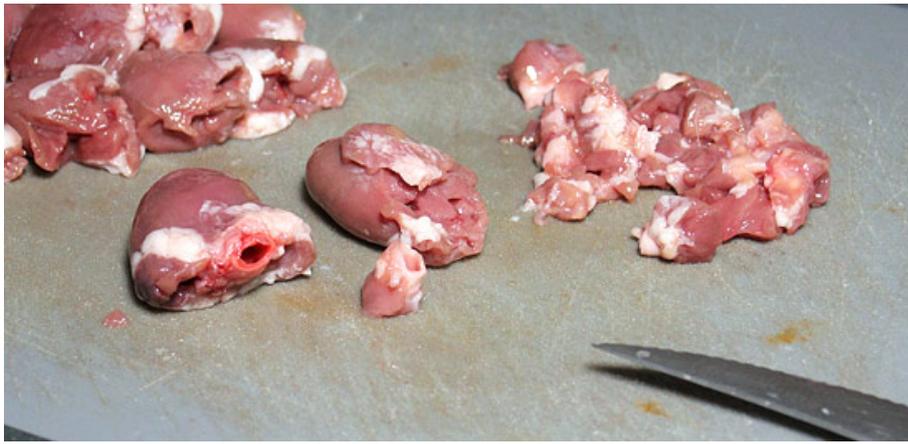
Hühnerherzen aus der Marinade nehmen und mit Haushaltspapier etwas trocknen. Leicht salzen und pfeffern.

Zwiebel fein hacken, Peperoncino längs halbieren und die sehr scharfen Kerne entfernen. Bratpfanne vorheizen.

Sobald die Puntarelle fast gar sind. Zwiebel und Hühnerherzen in Bratbutter ca. 2 Minuten anbraten. Mit Hühnerbouillon ablöschen, Marinade durch ein Sieb dazugießen, Peperoncino zugeben. Puntarelle zugeben und ca. 5 Minuten köcheln lassen.

Anrichten, und mit Brot servieren.





Hühnerherzen dressieren



Hühnerherzen marinieren





