

## **Geflügelbrüstchen mit Orangen und Sesam (Vorspeise für ca. 8 Personen)**

---

### **Zutaten**

Mise en place

6 Orangen, 700 g Geflügelbrüstchen, Gewürzmischung, 3 EL Traubenkernöl, 5 cl Butter Zucker, 1 ½ dl Orangensaft, 1 ½ dl Fleischextrakt (oder Jus, Fond), kalte Butter, Cayenne, Ingwer, 6 EL Sesamkörner.

### **Zubereitung**

Von den Orangen mit einem Kartoffelschäler die Schale ablösen. In feine Streifen (Julienne) schneiden und kurz in kochendem Wasser blanchieren. Aus den Orangen die Filets auslösen, dabei den Saft auffangen, weil er später für die Sauce verwendet wird.

Die Geflügelbrüstchen würzen und bei mittlerer Hitze zugedeckt auf beiden Seiten braten. Brüstchen anschliessend auf einem Teller am Herdrand zugedeckt warmstellen.

Bratöl abgiessen mit einem Haushaltstuch Bratpfanne abtupfen. Butter und Zucker in der Pfanne goldgelb caramolisieren, mit Orangensaft ablöschen, reduzieren, mit Fleischextrakt oder Jus auffüllen und auf grossem Feuer ein paar kalte Butterflocken in die Sauce schwingen, damit eine schöne Bindung entsteht. Die Sauce abschliessend mit einem Hauch Cayenne und eine Spur Ingwer würzen.

Die Orangenfilets und Orangenjulienne in der Sauce warm durchziehen lassen. Die Sesamkörner in einer trockenen beschichteten Pfannen goldgelb rösten. Die Geflügelbrüstchen dünn aufschneiden, schuppenartig auf grosse heisse Teller legen, die Orangenfilets dekorativ dazulegen, mit der heissen Sauce umgiessen und alles mit den Sesamkörnern bestreuen.

### **Weinempfehlung:**

Osterfinger Chardonnay Barrique, CH