

Fasan mit Wirsing-Korinthen-Füllung auf Wildreis

376

Typ: Fleisch

Quelle: E&T 1985, 10, 20

Bemerkungen:

Zutaten: Für 4 Portionen:
2 Fasane à 850 g (ersatzweise Perlhühner nehmen)
Salz, Pfeffer aus der Mühle
1 Kopf Wirsingkohl (etwa 1 kg)
100 g Butter oder Margarine
50 g Pinienkerne.
60 g Korinthen
Zimt
Koriander (gemahlen)
125 g Wildreis

Rezept: Die Fasane waschen und innen und außen gründlich trocknen. Innen und außen mit Salz und Pfeffer einreiben. Den Wirsing putzen, waschen, achteln und in feinen Streifen vom Strunk schneiden. Wirsing in 70 g Butter oder Margarine andünsten, 5-6 EI Wasser zugeben und zugedeckt 10 Minuten schmoren. Die Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett goldbraun rösten. Die Korinthen gründlich waschen. Pinienkerne und Korinthen zum Kohl geben. Mit Salz, Pfeffer, wenig Zimt und Koriander würzen. Die Fasane damit füllen. Restliche Füllung beiseite stellen. Die Keulen über der hinteren Öffnung zusammenbinden. Gefüllte Fasane mit der restlichen Butter oder Margarine einreiben und in einen Bräter legen. Im Backofen auf der mittleren Einschubleiste bei 200 Grad (Gas Stufe 3) 35-40 Minuten braten. Dabei nach und nach 150-200 ccm Wasser angießen. Inzwischen den Wildreis in 1/2 L gesalzenem Wasser 40-45 Minuten kochen, in einem Sieb abtropfen lassen. Die Fasane auf einer tiefen Servierplatte im ausgeschalteten Backofen warm stellen. Den Bratensatz mit einem Pinsel lösen. Die restliche Füllung unter den Wildreis mischen und im Bratensaft erhitzen. Dann mit den Fasanen anrichten und servieren. .

Vorbereitungszeit 30 Minuten
Garzeit 45 Minuten