

## Sommer-Gemüse mit Poularden-Roulade und gebackenem grünen Ei

### Zutaten für 4 Personen

1 Stck Karotte  
 1 Stck Karotte, gelb  
 4 Stck Kohlrabi  
 1 Bund Radieschen  
 8 Stangen grüner Spargel  
 50g Pfifferlinge  
 4 Stck jungen Lauch  
 1 Stck Fenchelknolle  
 ½ Stck Chinakohl  
 1 Stck rote Zwiebel  
 Zucker  
 Meersalz  
 Pfeffer  
 Thymian  
 4 Stck Poulardenbrüste  
 100g Sesam  
 1 Bund Basilikum  
 Koriander  
 Olivenöl zum Braten  
 5 Stck grüne Eier  
 Mehl und Panko-Paniermehl zum Panieren

### Zubereitung:

Die Kohlrabis mit einem kleinen Messer vorsichtig abschälen. Den „Deckel“ mit Schale und Grün belassen. Diesen dann vorsichtig abschneiden und die Kohlrabis mit einem kleinen Löffel vorsichtig aushöhlen. Die Kohlrabis in Salzwasser weich kochen. Darauf achten, dass sie nicht einreißen. Das Innere vom Kohlrabi in kleine Scheiben schneiden. Die Karotte und den Fenchel in Streifen schneiden. Radieschen in Scheiben schneiden, ebenso den Chinakohl. Spargel in Salzwasser blanchieren. Pfifferlinge mit einer feinen Bürste putzen. Zwiebel schneiden und Lauch säubern.

Die Gemüse mit Salz und Zucker würzen und gut vermengen. Zehn Minuten ziehen lassen. In einer beschichteten Pfanne Olivenöl erhitzen und die Gemüse 3 – 4 Minuten darin garen. Zum Schluss mit Pfeffer und Thymian würzen und bei Seite stellen.

Die Poulardenbrüste von Haut und Flügelknochen befreien und leicht klopfen. Mit Salz, Pfeffer und gehacktem Koriander würzen und mit Basilikumblättern belegen. Zu einer Rolle eindrehen und mit Plastikfolie und Aluminiumfolie eindrehen. Im Wasserbad ca. 5 Minuten garen, so stockt das Eiweiß und die Poularden-Roulade bleibt in Form. Aus der Folie ausdrehen und in Sesam wenden. Danach in einer Pfanne in etwas Olivenöl ringsum goldgelb anbraten.

Vier Eier in einem Wasserbad vorsichtig pochieren. In kaltem Wasser abschrecken und dann in Mehl, Ei und Panko-Paniermehl wenden. In reichlich heißem Fett kurz backen. Zum Anrichten kann mit etwas Pesto garniert werden.