



Pollo tonnato

Zubereitungsdauer ca. 40 min

Zutaten für 4 Portionen:

3	Pouletbrüstli je ca. 150 g
5 dl	Gemüsebouillon
1	Rüebli
1	Zwiebel
2	Lorbeerblätter

Für Sauce:

200 g	Thon
1	Eigelb
1 EL	Zitronensaft
3 EL	Sonnenblumenöl
2 EL	Kapern

Zubereitung:

Schritt 1

Rüebli in Stücke schneiden. Zwiebeln halbieren. Mit Lorbeerblätter und Gemüsebouillon in eine Pfanne geben und alles zusammen aufkochen.

Schritt 2

Pouletbrüstli begeben, Hitze reduzieren und bei kleiner Hitze ca. 20 Minuten ziehen lassen. Pfanne von Platte nehmen und Poulet im Sud etwas abkühlen lassen.



Zubereitung:

Schritt 3

Für die Thonsauce das Eigelb mit dem Zitronensaft in einer Schüssel gut verrühren. Sonnenblumenöl tropfenweise unter Rühren mit dem Schwingbesen begeben, bis eine dickliche Masse entsteht. Rest nach und nach darunter rühren.

Schritt 4

Anschliessend Masse mit abgetropftem und zerzupftem Thon und den Kapern vermengen und fein pürieren.

Schritt 5

Poulet aus dem Sud nehmen, schräg in ca. 3 mm dicke Tranchen schneiden und fächerartig auf Tellern anrichten. Sauce darüber verteilen und mit etwas Kapern und Pfeffer verzieren.

Tipp: Eignet sich sehr gut als Vorspeise.