

# 2025 REZEpte

KÖSTLICHE GEFLÜGELGERICHTE ENTDECKEN!



CHEFS  
*inspiration*

# WAS MACHT GEFLÜGELFLEISCH EIGENTLICH SO BELIEBT?

Der Pro-Kopf-Verbrauch von Geflügelfleisch in Deutschland hat sich in den letzten Jahren stetig entwickelt. Schaut man dagegen auf die übrigen Tiergattungen, haben wir dort eher rückläufige Zahlen zu verzeichnen. Geflügelfleisch gilt als gesund und eiweißreich, es ist leicht bekömmlich und vielseitig einsetzbar. Nahezu 100 % können als Kurzbratartikel schnell zubereitet werden. Das ist ein großer Vorteil für die Gastronomie, da man ohne große Vorbereitungszeiten eine umfangreiche Auswahl von Gerichten auf der Speisekarte darstellen kann.



## **Aber Geflügel ist nicht gleich Geflügel!**

Hier gibt es sehr feine Unterschiede, die man wissen muss! Zum Beispiel ist ein Hähnchen nicht immer männlich, aber ein Suppenhuhn immer weiblich! Der Begriff Poularde wird umgangssprachlich für Hähnchen mit einem Gewicht über 1.500 Gramm angewandt. Genau genommen ist eine Poularde die Färse unter den Hühnern, also weiblich und noch nicht gedeckt. Es ist ein Unterschied, farblich sowie geschmacklich, wie ein Huhn oder Hähnchen ernährt wurde. In der Regel füttern Hühner im Hauptbestandteil Weizen, wobei Hühner, die unter der Bezeichnung Maishähnchen vermarktet werden, mindesten einen Futteranteil von 50 % Mais erhalten.

**Lassen Sie sich von unserer Rezeptvielfalt inspirieren.**

# DAS ERWARTET SIE ...

|  |    |   |    |
|--|----|---|----|
| Club Sandwich Bowl.....  | 4  | 7-Korn-Backhendl.....   | 14 |
| Chefs Rice mit Huhn und Gemüse.....  | 5  | Perlhuhnbrust mit Puten-Bacon umwickelt und gefüllt mit getrockneten Tomaten und Salbei, auf warmem Linsensalat, Oliven und Kartoffeln..... | 16 |
| Sylter Brotstulle mit Avocodomayo, Rinderfilet, Entenbrust und Flusskrebse.....                  | 6  | Hühnerfrikassee mit Pilzen und Spargel.....   | 18 |
| Wildkräutersalat, Beerenvinaigrette, Hasenfilet und Stubenküken mit Grana-Padano-Bacon-Chip..... | 8  | FairMast Hähnchen mit Aroma-Zwiebelcreme und Bimi.....  | 20 |
| Caesars Salat Culinar Aktiv.....   | 10 | Ausgelöste Hühnerkeule nach Bayrischer Art gewürzt, auf Ofenkartoffel mit Obazda-Cream und Krautsalat.....                                  | 22 |
| Gebratene Wachtelbrüste auf cremigem Kürbispüree und Zucchini-Apfel-Tatar.....                   | 12 |   |    |

Mehr Informationen und weitere Rezepte finden Sie auf [www.chefsculinar.de](http://www.chefsculinar.de). Unser Plus für Sie: Registrierte Kunden erhalten zu den verwendeten Rezeptzutaten die entsprechenden Artikelnummern. Bezeichnungen, die mit einem \* markiert sind, sind Grundrezepte. Hinweise zu ihrer Herstellung finden Sie ebenfalls auf unserer Website.



# Club Sandwich Bowl

## ZUTATEN FÜR 10 PORTIONEN

### KARTOFFELSTAMPF

2,58 kg Kartoffeln  
120 g Butter  
16 g Salz

### TOPPINGS

129 g Salatmayonnaise (50 % Fett)  
26 g mittelscharfer Senf  
9 ml Sonnenblumenöl  
9 ml Weißweinessig (6 %)  
13 g konzentrierte Gemüsebouillon  
290 g Eier  
150 g Tramezzone, TK  
10 ml natives Olivenöl  
420 g Cherrytomaten  
190 g Puten-Bacon  
820 g Hähnchenbrustfilet  
410 g Römersalat  
550 g Gurken  
20 g Kresse

### ARTIKELVORSCHLAG



### Puten-Bacon

geräuchert, gefächert, ca. 60 Sc Pk,  
500 g Pk 16842502

**Portionsgröße: 430 g**

### Nährwerte pro Portion:

KJ/kcal: 2.426/580, Fett: 25,0 g, davon gesättigte Fettsäuren: 9,9 g, Kohlenhydrate: 51,6 g, davon Zucker: 6,1 g, Eiweiß: 34,5 g, Salz: 3,0 g



Online zum Rezept

## ZUBEREITUNG

### KARTOFFELSTAMPF

Die Kartoffeln schälen und von eventuellen braunen Stellen befreien. Im Anschluss die Kartoffeln in gleichmäßige Stücke schneiden und in leicht gesalzenem Wasser garen. Wenn die Kartoffeln gegart sind, werden sie abgossen und mit der Butter zu einem Stampf verarbeitet. Diesen nach Belieben abschmecken.

### TOPPINGS

Aus Salatmayonnaise, Senf, Sonnenblumenöl, Weinessig und Brühe ein Dressing herstellen. Die Eier für 8 Minuten in siedendem Wasser kochen und sofort im Anschluss kalt abschrecken. Die Eier pellen, vierteln und abgedeckt beiseitestellen. Tramezzone längs halbieren, dann in 30 gleichmäßige Sticks schneiden und in etwas Olivenöl goldgelb anrösten. Cherrytomaten waschen und für 10 Minuten bei 180 °C im Ofen backen. Nach Belieben würzen. Den Puten-Bacon ohne zusätzliches Öl in einer Pfanne oder im Ofen knusprig braten. Die Hähnchenbrustfilets fach-

gerecht auftauen lassen, längs halbieren und dann in Streifen schneiden. Diese Streifen in einer Pfanne leicht goldgelb anbraten. Nach Belieben würzen. Den Römersalat vom Strunk oder von welchen Blättern befreien, waschen und in feine Streifen schneiden. Die Gurken waschen, längs halbieren und in feine Halbmonde schneiden. Gartenkresse schneiden, waschen, trocken tupfen. Zum Anrichten bereitstellen.

### PROFI-TIPP

Um die Bowl geschmacklich abzurunden, das Hähnchen mit Currypulver, zum Beispiel Madras Curry, würzen.

### UNSERE EMPFEHLUNG ZUM ANRICHTEN

Zuerst den Kartoffelstampf als Basis in die Bowl geben. Dann die verbleibenden Zutaten einzeln im Kreis angerichtet auf den Stampf legen. Zuletzt die Tramezzini-Sticks hinzugeben und die Bowl mit der Gartenkresse garnieren.

# Chefs Rice mit Huhn und Gemüse



Online zum Rezept

## ZUTATEN FÜR 10 PORTIONEN

|        |                            |
|--------|----------------------------|
| 1,1 kg | Hähnchenbrustfilet         |
| 100 ml | Sojasauce mit weniger Salz |
| 10 g   | Kaffirlimettenblätter, TK  |
| 20 g   | Zitronengras               |
| 50 ml  | Mirin                      |
| 10 g   | grober Orangenpfeffer      |
| 250 g  | bunte Minizwiebeln         |
| 50 g   | Zwiebelknoblauch           |
| 300 g  | Möhren                     |
| 300 g  | lila Blumenkohl            |
| 300 g  | Fenchelknollen             |
| 250 g  | Lauch                      |
| 300 g  | Bio-Chinakohl              |
| 300 g  | Champignons                |
| 40 ml  | Sesamöl                    |
| 40 ml  | weiße Sojasauce            |
| 1,7 kg | Sushireis*                 |
| 30 g   | weiße Sesamsaat            |
| 5 g    | Chilischoten               |
| 10 g   | geräuchertes Paprikapulver |
| 10 g   | Meersalz-Flocken           |
| 2 g    | Noriblätter                |

**Portionsgröße: 500 g**

### Nährwerte pro Portion:

kJ/kcal: 1.844/439, Fett: 7,4 g, davon gesättigte Fettsäuren: 1,4 g, Kohlenhydrate: 55,2 g, davon Zucker: 14,3 g, Eiweiß: 35,1 g, Salz: 2,2 g

\*Grundrezept – Zubereitungshinweis auf [www.chefsculinar.de](http://www.chefsculinar.de).

## ZUBEREITUNG

Hähnchenbrust mit Sojasauce, Limettenblättern, Zitronengras, Mirin und Orangenpfeffer vermengen und zart sous vide garen.

Minizwiebeln und Knoblauch schälen. Möhren, lila Blumenkohl, Fenchel, Lauch, Chinakohl und Champignons putzen und zurechtschneiden. Gemüse und Pilze auf einem Grill mit Sesamöl braten und mit weißer Sojasauce ablöschen.

Sushireis nach Grundrezept kochen und bereitstellen. Sesam trocken rösten.

Chilischoten mit Rauchpaprikapulver, Meersalz, geröstetem Sesam sowie Noriblättern pulverisieren und als Gewürz bereitstellen.

### UNSERE EMPFEHLUNG ZUM ANRICHTEN

Gegarten, heißen Reis und gebratenes Gemüse in Porzellanschalen setzen. Hähnchenbrust vor dem Servieren nochmals mit der übrig gebliebenen Sojamarinade bestreichen und auf das Gemüse setzen. Den Reis mit dem Gewürz bestreuen.



### ARTIKELVORSCHLAG

#### TK FairMast Hähnchenbrustfilet

Teilstück, ohne Innenfilet, ohne Haut, ohne Knochen, IQF, ca. 3 kg Kt,  
ca. 100–140 g 18663471  
ca. 140–180 g 18663488  
ca. 180–240 g 18663495

#### Kikok Maishähnchenbrustfilet

deutsch, frisch, HKL A, halbiert,  
ca. 3 kg 60053076

Sylter Brotstulle mit Avocadomayo,  
Rinderfilet, Entenbrust und Flusskrebse



Online zum Rezept

# ZUBEREITUNG

Spitzpaprika grillen und anschließend von Kernen und Haut befreien. Paprikafruchtfleisch klein schneiden und bereitstellen.

Die Entenbrust und das Rinderfilet gründlich parieren, mit Salz und Steakpfeffer würzen und rosazart grillen. Das Rinderfilet und die Entenbrust in Scheiben schneiden und bereitstellen. Avocadowürfel mit Limettensaft, Chili und Mayonnaise zur einer Creme zerdrücken. Flusskrebsschwänze in Butter sautieren und Friséesalat waschen und zupfen. Gurken längs in dünne Scheiben schneiden. Kichererbsen abgie-

ßen und bereitstellen. Frischen Meerrettich bereitstellen. Zum Schluss ein Spiegelei braten und das Sylter Brot frisch aufbacken.

## UNSERE EMPFEHLUNG ZUM ANRICHTEN

Sylter Brot in ca. 120-g-Scheiben schneiden, mit Avocodomayo gut bestreichen, mit Friséesalat, Gurkenscheiben, Rinderfiletscheiben und Entenbrustscheiben belegen. Die Flusskrebse und das Paprikafruchtfleisch darauf verteilen und mit dem Spiegelei belegen. Mit frischem Meerrettich bestreuen.

## ARTIKELVORSCHLAG

### Französisches Barbarie-Entenbrustfilet

mit Haut, HKL A, ca. 170–220 g St  
400 g Pk 10357569

mit Haut, HKL A, ca. 300–350 g St  
600 g Pk 10892718



## BARBARIE-ENTE

Die Barbarie-Ente ist die populärste Vertreterin dieser Art. Weil sie ursprünglich eher Bäume als Wasser bewohnte, hat sie eine kräftige Flugmuskulatur – und somit mehr Brustfleisch als Fett.

**Verwendung:** Die Ente lässt sich in der Küche vielfältig einsetzen: Als Braten ist sie ein Gedicht, die Brust schmeckt wunderbar zart und auch die Keule werden Genießer nicht verachten. In der chinesischen Küche kommt Ente beinahe täglich auf den Teller; die Deutschen mögen sie vor allem zu Weihnachten als gefülltes Ganzes. Zu den ganz traditionellen Entengerichten gehört z. B. die „Ente à l’orange“. Mit entsprechenden Gewürzen lässt sich der Vogel aber auch prima mediterran zubereiten.

**Lagerung & Aufbewahrung:** Ob Brust, Keule oder ganzer Vogel – frisches Entenfleisch sollte nicht länger als 2 Tage im Kühlschrank liegen. Eingepackte Vögel nehmen Sie nach dem Kauf am besten sofort aus der Verpackung. Waschen Sie sie ab, tupfen Sie sie trocken und bewahren Sie sie im Bräter zugedeckt oder in Klarsichtfolie gewickelt im Kühlschrank auf.

**Qualität & Einkauf:** Wirklich frisches Entenfleisch gibt’s beim Bauern, Fachhändler oder Schlachter. Je artgerechter die Haltung, desto besser ist die Qualität! Wer tiefgekühltes Fleisch kauft, sollte auf die Bezeichnung „aus Freilandhaltung“ oder „aus bäuerlicher Auslaufhaltung“ – nicht „Aufzucht“! – achten. Frisches Entenfleisch erkennen Sie außerdem an der straffen, hellen und trockenen Haut ohne Flecken oder Risse. Der Vogel sollte typisch, aber dezent und angenehm riechen.

# ZUTATEN FÜR 10 PORTIONEN

- 600 g rote Spitzpaprika
- 400 g Entenbrust, TK
- 400 g irisches Angus-Rinderfilet
- 15 g Speisesalz
- 10 g geschroteter Steakpfeffer
- 250 g Avocadowürfel, TK
- 10 ml Limettensaft
- 5 g gemahlene Cayenne-Chilis
- 120 g Mayonnaise
- 120 g frisches Flusskrebbsfleisch in Lake
- 20 g Bio-Butter
- 100 g Friséesalat
- 300 g Gurke
- 300 g Kichererbsen
- 60 g Meerrettich
- 600 g Eier
- 1 kg gebackenes Weizenbrot, TK

**Portionsgröße: 390 g**

### Nährwerte pro Portion:

kJ/kcal: 2.179/520, Fett: 24,1 g, davon gesättigte Fettsäuren: 4,7 g, Kohlenhydrate: 49,4 g, davon Zucker: 6,5 g, Eiweiß: 24,4 g, Salz: 3,8 g

**Wildkräutersalat, Beerenvinaigrette, Hasenfilet  
und Stubenküken mit Grana-Padano-Bacon-Chip**



Online zum Rezept



# ZUBEREITUNG

## WILDKRÄUTERSALAT/ BEERENVINAIGRETTE

Wildkräutersalat waschen, schleudern und bereitstellen. Beerenmix mit Balsamicoessig, Johannisbeersaft, Honig, Rapsöl, Olivenöl, Senf, Salz und Pfeffer mixen und durch ein Sieb passieren. Frische Beeren bereitstellen.

## HASENFILET & STUBENKÜKEN

Hasenfilet parieren. Stubenküken fachgerecht zerlegen und die Brust vom Knochen lösen. Stubenkükenkeulen mit Salz, Pfeffer sowie Currypulver bestäuben und bei 160 °C knusprig backen. Die Stubenkükenbrust und das Hasenfilet mit Golden BBQ würzen und in aufgeschäumter Butter anbraten. Fleischstücke aus der Butter herausnehmen und im

Holdomaten bei 80 °C nachgaren lassen. Steinpilze putzen, klein schneiden, in die bereits verwendete Butter geben und ebenfalls anbraten.

## GRANA-PADANO-BACON-CHIP

Grana Padano fein reiben, zu ca. 5 cm großen Fladen formen und auf Backpapier setzen. Baconwürfel darauf verteilen und im vorgeheizten Ofen die kleinen Käse-Bacon-Fladen goldgelb backen. Anschließend auskühlen lassen.

## UNSERE EMPFEHLUNG ZUM ANRICHTEN

Wildkräutersalat locker mit der Vinaigrette vermengen und mittig auf dem Teller platzieren. Beeren, Pilze und Grana-Padano-Chip auf dem Salat arrangieren. Hasenfilet und Zweierlei vom Stubenküken in die Mitte setzen.

## STUBENKÜKEN

Als Stubenküken werden junge Hühner bezeichnet, die etwa 4 Wochen alt sind. Mit höchstens 28 Tagen werden sie geschlachtet und wiegen dann im Durchschnitt zwischen 400 und 600 Gramm.

Der Name „Stubenküken“ geht auf ihre ursprüngliche Haltungform zurück. Um die frisch geschlüpften Küken vor der Kälte zu schützen, wurden die jungen Küken von den Bäuerinnen ins Haus geholt und dort in einem Holzverschlag warmgehalten. Das Fleisch der Stubenküken gilt als Delikatesse, da es besonders zart ist und eine leicht gelbliche Farbe aufweist. Stubenküken werden hauptsächlich als Vorspeise oder kleiner Hauptgang serviert. Früher waren Stubenküken in Hamburg ein traditionelles Osteressen, das zwischen Karfreitag und Ostermontag auf den Tisch kam.



# ZUTATEN

FÜR 10 PORTIONEN

## WILDKRÄUTERSALAT/ BEERENVINAIGRETTE

- 400 g Wildkräutersalat
- 200 g Beerenmix, TK
- 80 ml Balsamicoessig
- 120 ml Johannisbeersaft
- 50 g Honig
- 100 ml Rapsöl
- 50 ml mildes Olivenöl
- 30 g Dijonsenf
- 5 g Meersalz
- 2 g gemahlener schwarzer Pfeffer
- 150 g Himbeeren
- 150 g Heidelbeeren

## HASENFILET UND STUBENKÜKEN

- 500 g Hasenfilet
- 1 kg französisches Stubenküken
- 10 g Meersalz
- 5 g gemahlener schwarzer Pfeffer
- 10 g Currypulver Madrocas
- 10 g Golden-BBQ-Gewürz
- 100 g Butter
- 300 g Steinpilze

## GRANA-PADANO-BACON-CHIP

- 180 g Grana Padano (32 % Fett i. Tr.)
- 70 g Baconwürfel

**Portionsgröße: 295 g**

### Nährwerte pro Portion:

kJ/kcal: 2.154/518, Fett: 37,0 g, davon gesättigte Fettsäuren: 13,1 g, Kohlenhydrate: 12,0 g, davon Zucker: 10,7 g, Eiweiß: 31,8 g, Salz: 2,7 g

## Caesars Salat Culinar Aktiv



Online zum Rezept

# ZUBEREITUNG

## CAESARS SALAT

Hähnchenbrust parieren, mit Salz und Paprika bestreuen. Hähnchenbrüste sous vide bei 65 °C zart garen und anschließend bei Bedarf auf dem Grill grillen. Römersalat-Herzen putzen, waschen und trocken schleudern. Schinkenspeck in dünne Scheiben schneiden und im Ofen lufttrocknen. Cherrytomaten waschen, in Olivenöl braten und mit Meersalz bestreuen. Schwarzbrot zerreiben und in einer Pfanne rösten. Rote Zwiebeln in Spalten schneiden und grillen. Vollkornbrot-Scheiben mit Knoblauch einreiben und toasten. Grana Padano und Sardellen bereitstellen.

## ARTIKELVORSCHLAG

### TK FairMast Hähnchenoberkeulenfleisch

mit Haut und ohne Knochen, IQF,  
ca. 3 kg Kt

18686326

### Kikok Maishähnchenschenkel „Steak“

deutsch, frisch, ohne Knochen, mit Haut,  
ca. 2–2,5 kg

60052868

### Französische Maishähnchensupremes

halbe knochenlose Maishähnchenbrust mit Haut und  
Flügelknochen, ca. 170–230 g St

20056308

## MAISHÄHNCHEN

**Merkmale:** Das Merkmal eines Maishuhns ist ganz klar der Farbunterschied zu anderen Hühnern – Fleisch, Fett und Haut des Maishuhns sehen nämlich gelblich aus. Ihr Geschmack ist durch die besondere Fütterung intensiver und aromatischer und ihr Fleisch ist fester.

**Verwendung:** Das Maishähnchen lässt sich genauso verwenden wie anderes Geflügel – es kann gebraten, gegrillt oder gekocht werden. Wie die verwandten Haushühner wird die Maispoularde zur wahren Delikatesse, wenn sie gegrillt wird – denn so entfaltet sie ihren vollen Geschmack.

## CAESARS DRESSING

Mayonnaise, Joghurt, Grana Padano, Kapern, Sardellen, Knoblauch, Olivenöl, Essig und Senf in einem Mixer pürieren.

Mit Zucker, Salz, Pfeffer und Limettensaft abschmecken.

## UNSERE EMPFEHLUNG ZUM ANRICHTEN

Getoastetes Brot mit Salatblättern belegen, etwas Dressing darauf nappieren und mit Schinken, der Hähnchenbrust, den Zwiebeln und Tomaten belegen. Knusprige Schwarzbrotkrümel darüberstreuen. Mit Grana Padano und Sardellen garnieren.

# ZUTATEN

FÜR 10 PORTIONEN

## CAESARS SALAT

- 1 kg Hähnchenbrustfilet
- 7 g Salz
- 10 g geräuchertes Paprikapulver
- 600 g Römersalat
- 150 g Schinkenspeck
- 300 g Cherry-Strauchtomaten
- 60 ml mildes Olivenöl
- 2 g Meersalz-Flocken
- 100 g Schwarzbrot
- 250 g rote Zwiebeln
- 1 kg Vollkornbrot
- 20 g Knoblauch
- 50 g Grana Padano (32 % Fett i. Tr.)
- 30 g Sardellenfilet in Öl

## CAESARS DRESSING

- 150 g Salatmayonnaise (50 % Fett)
- 150 g Naturjoghurt (1,5 % Fett)
- 30 g Grana Padano (32 % Fett i. Tr.)
- 10 g kleine Kapern
- 10 g Sardellenfilet in Öl
- 10 g Knoblauch
- 50 ml mildes Olivenöl
- 30 ml Kräuteressig
- 10 g mittelscharfer Senf
- 10 g Zucker
- 5 g Salz
- 2 g weiße Pfefferkörner
- 40 g Limetten

**Portionsgröße: 380 g**

### Nährwerte pro Portion:

kJ/kcal: 2.409/576, Fett: 25,2 g, davon gesättigte Fettsäuren: 4,9 g, Kohlenhydrate: 47,6 g, davon Zucker: 7,4 g, Eiweiß: 33,8 g, Salz: 4,0 g



# Gebratene Wachtelbrüste auf cremigem Kürbispüree und Zucchini-Apfel-Tatar



Online zum Rezept

# ZUBEREITUNG

## KÜRBISPÜREE

Gemüse putzen und schälen. Kürbis in Würfel schneiden. Ingwer in Scheiben schneiden und Knoblauch andrücken.

Alle Zutaten zusammen in einen Kochbeutel geben, vakuumieren und bei ca. 95 °C 30 Minuten sous vide im Wasserbecken oder im Dampfgarer garen. Anschließend die Lorbeerblätter entfernen und in einer Küchenmaschine fein pürieren, evtl. durch ein Sieb streichen, ggf. nachwürzen. Nach Belieben z. B. mit Vanille abschmecken.

## WACHTELBRÜSTE

Wachtelbrüste salzen und in etwas Olivenöl auf der Hautseite goldbraun anbraten, wenden und auf der Fleischseite mit Butter und Thymian fertig braten. Zum Schluss mit dem Gewürzsalz verfeinern.

## ZUCCHINI-APFEL-TATAR

Äpfel schälen und das Kerngehäuse entfernen. Zucchini putzen. Zucchini und Äpfel in ca. 5 mm große Würfel schneiden und mit den Ölen, Zitronensaft, Salz und Puderzucker marinieren. Blattpetersilie putzen und in feine

Julienne schneiden, Thymianblättchen zupfen und anschließend unter das Zucchini-Apfel-Tatar heben. Abschmecken, ggf. nachwürzen und nach Belieben mit etwas Pfeffer-Cuvée verfeinern.

## GARNITUR

Champignons putzen, halbieren und in Ecken schneiden. Knoblauch schälen und in feine Würfel schneiden. Pilze in einer heißen Pfanne in Erdnussöl anbraten. Knoblauch und Butter dazugeben, kurz schwenken und mit Salz und Pfeffer aus der Mühle abschmecken.

Wildkräutersalat und Kürbiskernöl zum Anrichten bereitstellen.

Kürbiskerne in einer heißen Pfanne rösten.

## UNSERE EMPFEHLUNG ZUM ANRICHTEN

Das cremige Kürbispüree auf dem Teller anrichten und mit einem Löffel ausstreichen. Das Zucchini-Apfel-Tatar mit einem Löffel anrichten und die gebratenen Wachtelbrüste und Champignonecken wild verteilen. Mit Salatspitzen, Kürbiskernöl und gerösteten Kürbiskernen dekorieren. Nach Belieben gekochte Wachteleier dazu servieren.

## WACHTEL

**Merkmale:** Die männlichen Hähne und weiblichen Hennen sehen sich mit ihrem schwarzen Kehlkopf sehr ähnlich. Einzige Unterschiede bestehen darin, dass die Hähne orangebraun und die Hennen eher sandbraun aussehen und dass das Kopfmuster der Weibchen nicht so prachtvoll daherkommt. Wachteln werden 15 bis 20 Zentimeter groß, dabei wiegen sie 90 bis 110 Gramm.

**Verwendung:** Meist werden die Wachteln geschmort, im Ofen gebraten oder auch gegrillt. Die Franzosen mögen sie gerne mit einer Füllung aus Trüffeln und Gänseleber. Spanier und Italiener lieben sie rustikaler mit mediterranen Kräutern.



# ZUTATEN FÜR 10 PORTIONEN

## KÜRBISPÜREE

- 650 g Butternut-Kürbis
- 2,5 g Ingwer
- 1 g Knoblauch
- 1,5 g rote Chilischoten
- 5 ml kaltgepresstes Erdnussöl
- 5 ml Zitrusfrüchte-Essig
- 5 g feines Ursalz
- 0,1 g Lorbeerblätter
- 0,5 g Sternanis
- 25 ml Apfelsaft
- 25 g Butter

## WACHTELBRÜSTE

- 700 g Wachtelbrustfilet
- 8 g Meersalz-Flocken
- 20 ml extra natives Olivenöl
- 20 g Butter
- 2 g Thymian
- 2 g Geflügelgewürz

## ZUCCHINI-APFEL-TATAR

- 100 g frische Äpfel
- 140 g grüne Zucchini
- 20 ml extra natives Olivenöl
- 1 ml Zitrusöl
- 13 ml Zitronensaft
- 1 g Meersalz-Flocken
- 7 g Puderzucker
- 2 g glatte Petersilie
- 1 g Thymian

## GARNITUR

- 220 g weiße Champignons
- 1 g Knoblauch
- 20 ml kaltgepresstes Erdnussöl
- 10 g Butter
- 2 g grobes Ursalz
- 0,2 g schwarze Pfefferkörner
- 50 g Wildkräutersalat
- 20 ml Kürbiskernöl
- 10 g Kürbiskerne

## Portionsgröße: 165 g

### Nährwerte pro Portion:

KJ/kcal: 1.207/290, Fett: 22,2 g, davon gesättigte Fettsäuren: 6,3 g, Kohlenhydrate: 5,9 g, davon Zucker: 4,8 g, Eiweiß: 16,4 g, Salz: 1,8 g

## 7-Korn-Backhendl



Online zum Rezept

# ZUBEREITUNG

## 7-KORN-BACKHENDL

Hähnchenteile nach Belieben portionieren oder zurechtschneiden. Sonnenblumen- und Kürbiskerne grob hacken und mit Pankomehl, Flocken, Leinsamen und Sesam mischen. Die Hähnchenstücke salzen, durch das Ei ziehen und in der Panade wälzen. Kurz vor dem Servieren die Hähnchenstücke nach Belieben in Pflanzenöl oder Butterschmalz bei 170 °C goldbraun ausbacken, aus dem Öl nehmen und abtropfen lassen. Die großen Stücke evtl. im Ofen bei 160 °C garziehen lassen. Das Hähnchenfleisch sollte durchgegart sein, aber immer noch saftig.

## GURKEN-APFEL-QUARK

Quark und Joghurt glattrühren. Gurke und Apfel waschen, vom Gurkenblütenansatz sowie Apfelngehäuse befreien und anschließend auf einer groben Reibe raspeln. Zur Quark-Joghurt-Creme geben und mit den restlichen Zutaten abschmecken. Nach Belieben mit Meerrettich verfeinern. Zitronen waschen, halbieren und nach Belieben in einen Lemon-Wrap packen. Zum Anrichten bereitstellen.

## PROFI-TIPP

Beim Einsatz im Frontcooking bietet sich ein Vorgaren im Sous-vide-Verfahren an.

## UNSERE EMPFEHLUNG ZUM ANRICHTEN

Die ausgebackenen Geflügelteile portionsweise anrichten. Den Gurken-Apfel-Quark in Schälchen füllen, dazustellen und das Zitronensäckchen dazulegen.

## ARTIKELVORSCHLAG

### STAR CULINAR Hähnchenunterkeule

mit Haut und Knochen, natur, lose, HKL A,  
ca. 90–120 g St 20045388

### TK FairMast Hähnchenunterkeule

mit Haut und Knochen, IQF, HKL A,  
ca. 100–160 g, ca. 3 kg 18663563

### TK FairMast Hähnchenoberkeule

mit Haut und Knochen, ohne Rückenstück, IQF,  
HKL A, ca. 140–200 g St, ca. 3 kg Kt 18663532

# ZUTATEN

 FÜR 10 PORTIONEN

## 7-KORN-BACKHENDL

5 kg Hähnchenunterkeulen  
100 g Sonnenblumenkerne  
100 g Kürbiskerne  
100 g Pankomehl  
50 g Dinkelflocken  
50 g Haferflocken  
50 g Leinsamenschrot  
25 g weiße Sesamsaat  
10 g feines Ursalz  
150 g Vollei

## GURKEN-APFEL-QUARK

250 g Magerquark (0,2% Fett)  
125 g Joghurt, griechische Art  
(10% Fett)  
100 g Salatgurke  
40 g Apfel Braeburn  
10 ml Leinöl  
5 g feines Ursalz  
0,5 g Pfeffer-Cuvée  
600 g Zitronen

## Portionsgröße: 455 g

### Nährwerte pro Portion:

kJ/kcal: 3.539/847, Fett: 49,0 g, davon gesättigte Fettsäuren: 12,4 g, Kohlenhydrate: 18,7 g, davon Zucker: 4,1 g, Eiweiß: 79,8 g, Salz: 2,2 g



## FAIRMAST

Wenn es um das Thema nachhaltiges Tierwohl geht, ist FairMast die richtige Entscheidung. Das Geflügel wird regional aufgezogen, hat deutlich mehr Platz, bekommt regionales Futter – GMO-frei –, hat eine verlängerte Aufzuchtzeit und die Freiheit, Frischluft und Klimareize im Wintergarten zu erleben/zu genießen. FairMast übererfüllt deutlich die Anforderungen der „Europäischen Masthuhn-Initiative“ und erfüllt die im Lebensmittel Einzelhandel gültige Haltungsform 3.



Hier erfahren Sie mehr!

**Perlhuhnbrust mit Puten-Bacon umwickelt und  
gefüllt mit getrockneten Tomaten und  
Salbei, auf warmem Linsensalat, Oliven und Kartoffeln**



Online zum Rezept



# ZUBEREITUNG

## PERLUHN-BACON-BOMB

Die Perlhuhnbrust auftauen, trocken tupfen und die Haut abziehen. Den Knochen sauber putzen und das Filet abnehmen. Aus den Parüren ein feines Hack herstellen und mit fein gehackten, halbtrockneten Tomaten vermischen.

Den Salbei waschen, die großen Blätter zupfen und beiseitestellen. Die kleineren Blätter hacken und unter das Hack ziehen. Mit dem Black-BBQ-Gewürz abschmecken und kaltstellen.

Die Brust von der dickeren Seite aufschneiden, aufklappen, leicht plattieren. Mit den großen Salbeiblättern belegen, das Hack aufstreichen und die Brust stramm zusammenrollen. Aus dem Bacon eine Matte flechten und die Brust darauflegen. Gleichmäßig einrollen und nochmal kaltstellen. Vor dem Anbraten mit Pfeffer und Salz würzen.

In einer beschichteten Pfanne das Öl erhitzen und die Bacon-Bomb zunächst auf der Nahtstelle anbraten,

damit der Bacon zusammenklebt. Danach rundherum appetitlich braun anbraten, im Ofen fertig garen.

## BEILAGEN

Den Linsensalat in einer Sauteuse warmziehen, nicht aufkochen! Oliven mit grob geschnittenen Kartoffelwedges in einer Pfanne in etwas Olivenöl anbraten. Mit gehacktem Thymian abschmecken.

## PROFI-TIPP

Verwenden Sie unsere italienische Kräutermischung, dort sind alle frischen Kräuter zusammengestellt.

## UNSERE EMPFEHLUNG ZUM ANRICHTEN

Die Linsen in die Mitte des Tellers geben. Die Bacon-Bomb entweder aufschneiden oder im Ganzen anrichten. Mit Oliven und Kartoffelstücken umstreuen. Nach Belieben mit einem gebratenen Wachtelei und etwas Jus garnieren.

# ZUTATEN FÜR 10 PORTIONEN

## PERLUHN-BACON-BOMB

- 2 kg französische Perlhuhnbrust, TK
- 200 g halbtrocknete Tomaten in Öl
- 30 g Salbei
- 10 g Black-BBQ-Gewürz
- 600 g Puten-Bacon
- 10 g Pfeffer-Cuvée
- 6 g Salz
- 20 ml mildes Olivenöl

## BEILAGEN

- 1 kg Linsensalat
- 600 g grüne Oliven mit Frischkäse
- 600 g bunte Kartoffelwedges
- 20 ml mildes Olivenöl
- 10 g Thymian

**Portionsgröße: 430 g**

### Nährwerte pro Portion:

kJ/kcal: 3.141/752, Fett: 42,0 g, davon gesättigte Fettsäuren: 7,1 g, Kohlenhydrate: 33,0 g, davon Zucker: 3,0 g, Eiweiß: 57,3 g, Salz: 2,7 g

## ARTIKELVORSCHLAG

### SOCIÉTÉ LDC französisches Perlhuhn

natur, im Ganzen, ca. 1 kg

10892565



## LDC FRANZÖSISCHE GEFLÜGELSPEZIALITÄTEN

Französisches Geflügel wie Wachtel, Perlhuhn, Stubenküken, Taube oder Ente sind aus der klassischen Küche nicht wegzudenken.

Die französische Küche ist geprägt vom Geflügel. Auch Marken wie Label Rouge oder Respect & Nature unterstreichen hier Besonderheiten bei der Aufzucht.

Label Rouge-Geflügel aus bäuerlicher Haltung: Label Rouge-Geflügel wird seit 1960 in bäuerlicher Haltung im Freien aufgezogen. Die Aufzucht orientiert sich streng an einem offiziellen und von den französischen Behörden anerkannten Lastenheft, das auf einen schonenden Umgang mit der Umwelt und das Wohlergehen der Tiere achtet. Dadurch werden eine hervorragende Fleischqualität und der feine Geschmack des Label-Rouge-Geflügels garantiert.



## Hühnerfrikassee mit Pilzen und Spargel



Online zum Rezept

# ZUBEREITUNG

Hühner in ausreichend kaltem Wasser ansetzen und aufkochen. Den Schaum, der sich bildet, abschöpfen und Salz dazugeben. Hühner garkochen. Ca. 20 Minuten vor Garende das Bouquet garni dazugeben. Hühner aus dem Fond nehmen und kalt stellen.

Hühner fachgerecht zerlegen und von der Haut befreien. Hühnerfleisch in ca. 1 x 1 cm große Würfel schneiden. Spargel schälen und in Stücke schneiden, Karotten schälen und in Form bringen. Zwiebeln schälen und in feine Würfel schneiden, Pilze putzen und in Stücke schneiden.

Butter auslassen und nacheinander Zwiebeln, Spargel, Pilze und die Karotten dazugeben. Mit Weißwein ablöschen, mit dem selbst hergestellten Hühnerfond und Sahne auffüllen. Sauce mit der Roux binden, ausko-

chen und evtl. mit Zitronensaft abschmecken. Hühnerfleisch dazugeben und erwärmen.

## PROFI-TIPP

Im Conveniencebereich haben Sie die Möglichkeit, auf bereits gegartes Hühnerfleisch von BASE CULINAR und Qualitätsfonds zurückzugreifen. Dabei können Sie die anschließenden Arbeitsschritte beibehalten.

## UNSERE EMPFEHLUNG ZUM ANRICHTEN

Hühnerfrikassee in Glasschalen füllen und nach Belieben mit Kräutern garnieren. Dazu können Blätterteigpastetchen oder Duftreis gereicht werden.

# ZUTATEN

FÜR 10 PORTIONEN

- 3 kg Hähnchen, TK
- 30 g Salz
- 600 ml Wasser
- 300 g Bouquet garni für helle Fonds\*
- 300 g weißer Spargel
- 200 g grüner Spargel
- 300 g Bundmöhren
- 150 g Zwiebeln
- 200 g Kräuterseitlinge
- 250 g weiße Champignons
- 50 g Butter
- 100 g Weißwein/Kochwein
- 200 ml H-Sahne (30 % Fett)
- 100 g helle Roux\*
- 30 g Zitrone

**Portionsgröße: 300 g**

### Nährwerte pro Portion:

KJ/kcal: 1.665/400, Fett: 31,9 g, davon gesättigte Fettsäuren: 9,6 g, Kohlenhydrate: 8,1 g, davon Zucker: 4,0 g, Eiweiß: 20,3 g, Salz: 3,0 g

\*Grundrezept – Zubereitungshinweis auf [www.chefsculinar.de](http://www.chefsculinar.de).

## ARTIKELVORSCHLAG

### STAR CULINAR Hähnchenbrustfilet

Teilstück, ohne Haut und Knochen, ohne Innenfilet, einzeln, ca. 160–190 g St 11993773

### TK FairMast Hähnchenbrustfilet

Teilstück, ohne Innenfilet, ohne Haut, ohne Knochen, IQF, ca. 3 kg Kt,  
ca. 100–140 g St 18663471  
ca. 140–180 g St 18663488  
ca. 180–240 g St 18663495

### Kikok Maishähnchenbrustfilet

deutsch, frisch, HKL A, halbiert, ca. 3 kg 60053076

### TK FairMast Hähnchenoberkeulenfleisch

ohne Haut und ohne Knochen, IQF, ca. 3 kg Kt 18686357

### STAR CULINAR Hähnchenoberkeule

ohne Haut, ohne Knochen, ca. 100–150 g St 20165987

## STAR CULINAR

Geflügel der Marke STAR CULINAR steht für frisches Geflügel, also Hähnchen und Pute, aus Deutschland.

Hier erfüllt die Ware die sogenannte 5xD-Auszeichnung. Also von der Aufzucht der Elterntiere, bis zum Bezug von Futter aus den eigenen Mühlen werden die Tiere ausnahmslos in Deutschland geboren, gemästet und geschlachtet. Zudem wird auch das Ausbrüten engmaschig überwacht, so dass vom ersten Moment an alles unter besten Bedingungen abläuft. Die Ware wird auftragsbezogen geordert und produziert, damit sie zu 100 % frisch bei unseren Kunden ankommt. Ein umfangreiches Sortiment aus küchenfertigen Produkten steht unseren Kunden hier zur Verfügung.



# FairMast Hähnchen mit Aroma-Zwiebelcreme und Bimi



Online zum Rezept

# ZUBEREITUNG

## AROMA-ZWIEBELCREME

Zwiebeln und Knoblauch in Scheiben schneiden und im Olivenöl farblos anschwitzen. Ingwer und Zitronengras in feine Scheiben schneiden, dazugeben und ebenso mit anschwitzen lassen, ohne Farbe zu geben. Anschließend die Masse abkühlen lassen. Die abgekühlte Masse mit den restlichen Zutaten fein mixen und abschmecken. Die Creme zur weiteren Verarbeitung bereitstellen.

## FAIRMAST-HÄHNCHEN

Die Hähnchenoberkeulen mit Haut und Knochen vom Knochen freiputzen und vorziehen. Das Oberkeulenfleisch leicht plattieren sowie salzen und pfeffern. Die Aroma-Zwiebelcreme-Füllung verteilen und das Fleisch einschlagen.

In der Nussbutter die Hähnchenkeulen auf der Hautseite bei mittlerer Hitze goldbraun und kross braten. Die Hähnchen mit den Limetten zum Anrichten bereitstellen.

## BIMI MIT PANKO

Brokkoli etwas zurechtschneiden. Anschließend im Olivenöl bei mittlerer Hitze al dente anbraten und mit ein wenig Salz abschmecken. Für den Panko-Crunch die Butter in eine heiße Pfanne geben, das Panko-Paniermehl und die angestoßenen Cashewkerne dazugeben. Abschließend mit Salz abschmecken.

## UNSERE EMPFEHLUNG ZUM ANRICHTEN

Die kross gebratenen Hähnchen anrichten und das Bratenfett verteilen, Limettenabrieb darüberreiben und mit Limettensaft beträufeln.

Den gebratenen Bimi rechts und links platzieren, das geröstete Panko mit den Cashewkernen darüberbröseln. Servieren.

## ARTIKELVORSCHLAG

### STAR CULINAR Hähnchenschenkel

ohne Rückenstück, mit Knochen, natur,  
HKL A, ca. 190–210 g St 10670699

### TK FairMast Hähnchenschenkel

mit Haut und Knochen, ohne Rückenstück, IQF,  
HKL A, ca. 180–260 g St,  
ca. 10 kg Kt 18663549

### Französische Maishähnchenkeule

ohne Rückenstück, natur, mit Knochen, HKL A,  
ca. 180–200 g St 11997535

### Kikok Maishähnchenschenkel

deutsch, frisch, HKL A, ohne Rückenstück,  
ca. 3 kg 60052867

# ZUTATEN

FÜR 10 PORTIONEN

## AROMA-ZWIEBELCREME

160 g geschälte Zwiebeln  
20 g geschälter Knoblauch  
35 ml mildes Olivenöl  
10 g Ingwer  
10 g Zitronengras  
35 g glatte Petersilie  
10 g Minze  
7 g Koriander  
5 g Zitronen-Thymian  
5 g Meersalzkristalle  
2 ml Zitrusöl

## FAIRMAST-HÄHNCHEN

1,5 kg Hähnchenoberkeule  
10 g Meersalzkristalle  
2 g Pfeffer-Cuvée  
100 g Nussbutter\*  
100 g Limetten

## BIMI MIT PANKO

800 g Bimi (Stielbrokkoli)  
50 ml mildes Olivenöl  
12 g Meersalzkristalle  
60 g Butter  
60 g Pankomehl  
60 g Cashewkerne

## Portionsgröße: 250 g

### Nährwerte pro Portion:

kJ/kcal: 2.314/557, Fett: 44,0 g, davon gesättigte Fettsäuren: 15,8 g, Kohlenhydrate: 11,6 g, davon Zucker: 4,2 g, Eiweiß: 27,8 g, Salz: 2,8 g

\*Grundrezept – Zubereitungshinweis auf [www.chefsculinar.de](http://www.chefsculinar.de).

## KIKOK

Das Paderborner Landhähnchen. Maisgefüttert, regional aufgezogen, mehr Platz, langsam wachsende Rassen für den anspruchsvollen Geflügeliebhaber. Kikok erfüllt die Kriterien der „Europäischen Masthuhn-Initiative“.



**Ausgelöste Hühnerkeule nach Bayrischer Art gewürzt,  
auf Ofenkartoffel mit Obazda-Cream und Krautsalat**



Online zum Rezept

# ZUBEREITUNG

## BACKHENDL

Die Hähnchenschenkel nach Resten von Knorpel und kleinen Knochen absuchen. Das Fleisch der Länge nach halbieren.

Zwiebeln schälen und fein würfeln. Petersilie waschen, trocknen und zupfen, anschließend mittelfein hacken. Zusammen mit Zwiebeln, Kümmel, Salz, Zitronenabrieb, geriebenem Meerrettich und Öl vermischen und das Fleisch damit marinieren. Über Nacht einziehen lassen.

Fleisch durch Vollei und Panko-Paniermehl ziehen und sofort in tiefem Fett ausbacken.

## BACKKARTOFFEL MIT OBAZDA-CREAM

Brie mit Schmand, Paprikapulver, Kümmel, Salz und Pfeffer mixen. Kleine Stücke dürfen sichtbar sein! Die Cream nun mit Quark, klein gewürfelten roten Zwiebeln und fein geschnittenem Schnittlauch verrühren und abschmecken.

Die Ofenkartoffel nach Anleitung erwärmen.

## KRAUTSALAT

Spitzkohl putzen und in feine Streifen schneiden. Zusammen mit den restlichen Zutaten, außer den

Radieschen, kräftig durchkneten. Ein paar Minuten ziehen lassen. Währenddessen die Radieschen mit den Blättern gut waschen, trocknen und alles in feine Streifen schneiden – auch die Blätter!

Nun unter den Krautsalat mischen.

## PROFI-TIPP

Das Hähnchen lässt sich sehr gut im Vorfeld sous vide garen. Dazu das Fleisch flach in einen Beutel legen und bei 85 °C ca. 15 Minuten im Konvektomaten garen.

## UNSERE EMPFEHLUNG ZUM ANRICHTEN

Die Ofenkartoffel in Alufolie einwickeln und längs aufschneiden. Die Cream einfüllen. Krautsalat über die Kartoffel geben. Das Hendl aufschneiden und obendrauflegen.

## ARTIKELVORSCHLAG

### TK FairMast Hähnchenoberkeule „Steaks“

geschnitten, in Pankopanade, mit 8 % Flüssigwürzung, ohne Haut, ohne Knochen,

ca. 50–70 g St, 3 kg Kt 18811261



## BACKHENDL

Das Backhendl ist eine Spezialität aus Wien, die bereits im 18. Jahrhundert entstand. Es wird häufig auch Backhuhn oder Backhähnchen genannt. Bei der Zubereitung wird das Huhn zunächst in Teilstücke zerlegt. Anschließend werden diese Teilstücke paniert und frittiert oder im Ofen ausgebacken. Das Fleisch ist außen knusprig und kross und im Inneren sehr zart.

# ZUTATEN

FÜR 10 PORTIONEN

## BACKHENDL

|        |                   |
|--------|-------------------|
| 1,5 kg | Hähnchenschenkel  |
| 125 g  | Gemüsezwiebeln    |
| 50 g   | krause Petersilie |
| 15 g   | gemahlener Kümmel |
| 15 g   | Jodsalz           |
| 10 g   | Zitronenabrieb    |
| 30 g   | Meerrettich       |
| 30 ml  | Rapsöl            |
| 150 g  | Vollei            |
| 300 g  | Pankomehl         |

## BACKKARTOFFEL MIT OBAZDA-CREAM

|        |                              |
|--------|------------------------------|
| 400 g  | Brietorte (50 % Fett i. Tr.) |
| 400 g  | Schmand (24 % Fett)          |
| 10 g   | edelsüßes Paprikapulver      |
| 2 g    | Kümmel                       |
| 6 g    | Jodsalz                      |
| 5 g    | geschroteter Steakpfeffer    |
| 260 g  | Speisequark (40 % Fett)      |
| 130 g  | rote Zwiebeln                |
| 30 g   | Schnittlauch                 |
| 2,5 kg | Baked Potatoes               |

## KRAUTSALAT

|       |                    |
|-------|--------------------|
| 750 g | Spitzkohl          |
| 50 ml | Zitronensaft       |
| 40 g  | brauner Rohrzucker |
| 10 g  | Jodsalz            |
| 10 g  | Senfpulver         |
| 100 g | Radieschen         |

## Portionsgröße: 630 g

### Nährwerte pro Portion:

kJ/kcal: 3.557/850, Fett: 41,0 g, davon gesättigte Fettsäuren: 20,3 g, Kohlenhydrate: 74,8 g, davon Zucker: 13,7 g, Eiweiß: 43,8 g, Salz: 4,6 g

## Lust auf mehr Rezeptideen?

Dann besuchen Sie uns auf [www.chefsculinar.de](http://www.chefsculinar.de).  
Hier finden Sie weitere Rezepte, mit denen Sie Ihren  
Speiseplan bereichern können.

## Wir leben Foodservice

### Herausgeber:

**CHEFS CULINAR GmbH & Co. KG**

Mühlendamm 1, 24113 Kiel

[www.chefsculinar.de](http://www.chefsculinar.de)

**Fotografie:** Christoph Wojtyczka

**Rezepte:** Sandra Gehrke, Christoph Koscielniak,  
René Ludwig, Daniel Kämmer und  
Lukas Eversmeier



Artikelinformationen zu Zusatz-  
stoffen und Allergenen etc. finden  
Sie im Internet auf [www.produkt.de](http://www.produkt.de).  
Gerne steht Ihnen auch unser  
Kundenservice zur Verfügung.



[www.chefsculinar.de](http://www.chefsculinar.de)

**CHEFS CULINAR**  
WIR LEBEN FOODSERVICE