

# Poulet-Rotkabis-Kopfsalatwrap

Silvio Germann



## Zubereitung gepöckeltes Poulet

Alle Zutaten bis auf den Honig, die Kräuter und den Kalbsjus in einem Behälter mischen. Die ausgelösten Pouletschenkel 2 Tage in der Lake einlegen und kühl stellen. Nach den 2 Tagen entnehmen, abtrocknen und beliebig marinieren. In Alufolie einpacken und bei 120 °C ca. 2-3 Stunden schmoren. Das Fleisch zupfen, mit Kalbsjus und etwas Honig glasieren.

## Zubereitung Wrap

Die äussersten Blätter vom Kopfsalat entfernen und gut waschen. Den Rotkabis ganz fein aufschneiden, mit etwas Apfelbalsam marinieren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Rotkabis auf den Kopfsalatblätter anrichten und die geschmorten und glasierten Pouletschenkel darauf anrichten. Mit Kräuter und Pickles beliebig garnieren.

## Rezept für 4

### Zutaten gepöckeltes Poulet

4 Pouletschenkel  
4,5 l Wasser  
290 g brauner Zucker  
150 g Salz  
30 g Pökelsalz  
7 g Korianderkörner  
7 g Pfeffer, schwarz  
2 g Pfeffer, rosa  
1 Lorbeerblatt  
½ Zimtstange  
1 g Nelken  
1 g Chiliflocken  
Honig  
Kalbsjus  
Kräuter

### Zutaten Wrap

1 Kopfsalat, mini  
1 Rotkabis  
20 ml Apfelbalsam



## **Garstufe**

2-3 Stunden | 120 °C Heissluft