

Hähnchen mit Zucchini + Oliven

Geflügel

Vorbereitungszeit: 30 Minuten } 2 Stunden
Zubereitungszeit: 90 Minuten

ZUTATEN für ... Personen		4	6
Hähnchen	g	1300	2000
Olivenöl	EL	4	6
Knoblauchzehen	St.	4	6
Paprika edelsüß	TL	2	3
Pfeffer, Salz			
Brötchen	St.	1	1 ½
Zucchini	g	150	225
Tomaten	g	150	225
Oliven schwarz, geschnitten	g	100	150
Eigelb	St.	1	2
Parmesankäse gerieben	EL	2	3
Basilikum, Rosmarin, Thymian je	EL	1	2
Weißwein	ml	250	375
Hühnerbrühe	ml	500	750
Tomatenmark	EL	1	2
Mondamin	EL	3	4

VORBEREITEN:

1. Hähnchen innen und außen pfeffern und salzen.

2. Öl in ein kleine Schüssel geben und mit durchgepresstem Knoblauch mischen. Die Hälfte davon in eine Pfanne geben und die andere Hälfte mit Paprika mischen.
3. Brötchen würfeln und in Knoblauchöl bei mittlerer Hitze rösten. Herausnehmen und abkühlen lassen.
4. Zucchini würfeln und zu den Brötchen geben.
5. Tomaten abhäuten, entkernen, würfeln. Die Hälfte davon und die Hälfte der Oliven zu Zucchini mit Brötchen geben. Alles mit Eigelb, Parmesan und Kräutern vermischen und kräftig abschmecken.

ZUBEREITUNG:

1. Hähnchen füllen und verschließen. Mit Knoblauch-Paprika-Öl anpinseln und auf Rost 90 Minuten braten. Von Zeit zu Zeit mit Wein und Brühe übergießen.
2. Bratenfond in einem Topf auffangen. Mit Tomatenmark, restlichen Tomaten und Oliven mischen. Evtl. Sauce binden. Abschmecken mit Salz und Pfeffer.

BEILAGEN / GETRÄNKE:

* Röstkartoffeln

Backofen	Leiste	Grad	Stunden	Minuten
Umluft	2. v. u.	180		90
Unter- u. Oberhitze	2. v. u.	220		90

Kcal pro Portion: 800 Trennkost: E * R-032.DOC