▪ Die Küchenschlacht – Menü am 04. März 2020 ▪
Tagesmotto: „Orientalische Küche“ mit Alfons Schuhbeck

Silvia Weissenlehner

Hähnchenkeulen mit Kardamom-Möhren und persischem Safran-Berberitzen-Reis

Zutaten für zwei Personen

Für das Hähnchen:
4 Hähnchenunterkeulen mit Haut, à 90g
2 Knoblauchzehen
1 mittlere Zwiebel
2 Zitronen
1 EL eingelegte Salzkapern
500 ml Hühnerfond
½ TL Feigensenf
3 EL Butter
Ras el Hanout, zum Würzen
Zucker, zum Würzen
Zitronenpfeffer, zum Würzen
Cayennepfeffer, zum Würzen
Chiliflocken, aus der Mühle
Olivenöl, zum Braten
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 230 Grad Umluft vorheizen.

Die Hähnchenschenkel waschen und trockentupfen. Mit Salz und Ras el Hanout würzen. In einer beschichteten Pfanne mit Öl von beiden Seiten scharf anbraten. Herausnehmen und das Fleisch in eine ofenfeste Form geben. Einige Butterflocken und etwas Hühnerfond dazugeben. Keulen mit der Hautseite nach oben in die Form legen und ca. 25-30 Minuten im Backofen garen. Kurz vor Ende der Garzeit mit Feigensenf bestreichen und mit Zitronenpfeffer bestreuen.

Zwiebel abziehen, klein schneiden und im Rückstand der Hähnchenpfanne in Öl braten. Knoblauch abziehen, klein hacken und mit Kapern und Ras-el-Hanout beigeben. Kurz rösten und mit Hühnerfond angießen. Eine halbe Zitrone auspressen, den Saft auffangen und dazugeben. Mit Salz, Pfeffer, Chiliflocken und Cayennepfeffer abschmecken und einkochen lassen.

Restlichen Feigensenf zugeben und eventuell nochmals mit Zitronensaft und Zitronenzesten abschmecken. Falls es zu sauer ist, etwas Zucker beigeben. Falls es zu flüssig ist, mit Butter montieren.

Den würzigen Bratensaft zum Schluss über das Hähnchen und den Reis gießen.

Für den Safran-Berberitzen-Reis:
180 g Basmatireis
10 g getrocknete Berberitzen
10 Safranfäden
1 Zitrone
1 TL Zucker
2 EL Butter
Olivenöl, zum Rösten
Salz, aus der Mühle

Safranfäden in warmem Wasser einlegen. Berberitzen in kaltem Wasser einweichen. Zitronensaft auspressen.
In einem Topf Olivenöl mit Reis kurz durchrösten. Mit 2 Tassen Wasser aufgießen, salzen und einige Fäden Safran zugeben. Für ca. 10 Minuten garen, dabei die Hitze laufend reduzieren, bis der Reis gar ist.
Die Berberitzen aus dem Wasser nehmen, gut durchspülen und abtropfen lassen. Danach in Butter schwenken. 2-3 Esslöffel Wasser und einen Teelöffel Zucker hinzufügen. Berberitzen darin karamellisieren und mit Zitronensaft abschmecken. Zum Schluss auf den Reis geben oder vermengen.

Für die Kardamom-Möhren:
2 große Möhren
3 grüne getrocknete Kardamomkapseln
30 ml Hühnerfond
1 Bund glatte Petersilie
Ras el Hanout, zum Würzen
Zucker, zum Süßen
Butter, zum Anbraten
Salz, aus der Mühle

Die Karotten schälen und in ungefähr 10 Zentimeter lange Stifte schneiden.
Je nach Größe die Kardamomkapseln andrücken. In einer Pfanne Karotten in Butter anschwitzen, mit einer kleingehackten Kardamomkapsel würzen und danach salzen. Etwas Ras-el-Hanout beifügen, 2-3 EL Hühneerfond hinzufügen und bissfest garen. Bei Bedarf Zucker zugeben. Petersilie abbrausen, trockenwedeln, klein hacken und unterheben. Zum Garnieren ein wenig beiseite legen,

Das Gericht auf Tellern anrichten mit Petersilie bestreuen und servieren.