

Hähnchen-Keule mit Gemüse, Süßkartoffel-Sellerie-Stampf

Für zwei Personen

Für das Fleisch:

2 Hähnchenkeulen mit Haut	1 Knoblauchzehe	5 EL weiße Sesamsaat
4 EL dunkle Sojasauce	2 EL indon. Sojasauce	2 EL flüssiger Honig
2 EL Jerk-Paste	1 EL Jerk-Gewürzmischung	50 ml Kokosnuss-Rum
1 EL geröstetes Sesamöl	3 EL Sonnenblumenöl	

Für die Beilage:

1 große Süßkartoffel	$\frac{1}{2}$ Knolle Sellerie	50 g Sahne
200 ml Milch	1 EL Butter	1 Muskatnuss

Salz

Für das Gemüse:

$\frac{1}{2}$ rote Paprika	$\frac{1}{2}$ gelbe Paprika	$\frac{1}{2}$ orangefarbene Paprika
1 vorgegartener Maiskolben	1 Zucchini	6 EL Erdnussbutter
125 g Sahne	$\frac{1}{2}$ TL geräuchertes Paprikapulver	$\frac{1}{4}$ Bund Koriander
Sonnenblumenöl	Salz	

Für die Garnitur: 4 Physalis

Für das Fleisch:

Den Ofen auf 160 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Die Hähnchenkeulen ausbeinen, Sehnen herauslösen und flachklopfen.

Aus Sojasauce, Ketjap Manis, Honig, Sesamöl, Jerk-Paste und - gewürzmischung eine Marinade anrühren, die Marinade mit dem Fleisch in einen Gefrierbeutel geben und darin etwa 15 Minuten ziehen lassen. Das Fleisch herausnehmen, mit Sesam betreuen und in einer sehr heißen Pfanne mit etwas Öl und fein gehacktem Knoblauch auf der Hautseite knusprig anbraten. Das Fleisch mit dem Mörser beschweren, mit Kokos- Rum ablöschen, wenden und etwa 10 Minuten zum Garen in den Ofen geben.

Für die Beilage:

Süßkartoffeln und Sellerie schälen, klein würfeln und in einem Topf mit Salzwasser etwa 14 Minuten kochen. Die Stücke abgießen, ausdampfen lassen und mit Butter, Milch, Muskat und Salz cremig stampfen.

Für das Gemüse:

Die Paprikaschoten halbieren, von Kerngehäuse und Scheidewänden befreien und kleinschneiden. Zucchini in dicke Scheiben schneiden und würfeln. Die Maiskörner vom Kolben befreien und in einer Pfanne mit Paprika, Zucchini und etwas Öl kräftig anrösten.

Den Koriander abbrausen, trockenwedeln, zupfen und fein hacken. In einer Schüssel Erdnussbutter, Paprikapulver, Koriander und Sahne mit einem Stabmixer kräftig aufmixen, sodass eine homogene Masse entsteht.

Nach ca. 15 Minuten Garzeit das Gemüse in der Pfanne mit Salz würzen. Erdnussbutter-Sahne-Mischung mit in die Pfanne geben und mit etwas Wasser zu einer cremigen Masse verlängern.

Für die Garnitur:

Das Gericht auf Tellern anrichten, mit zwei Physalis garnieren und servieren.

Diana Berger am 27. August 2018