

Gefüllte Hähnchen-Keulen mit geröstetem Blumenkohl

Für 4 Personen

60 g Haselnüsse	120 g Butter	Dukka
4 Bio-Hähnchenkeulen	1 Blumenkohl	Salz
Pfeffer	3 EL Olivenöl	200 g Basmatireis
2 EL Butterschmalz		

Die Haselnüsse in einer Pfanne ohne Fett rösten, etwas abkühlen lassen und dann grob hacken. Haselnüsse und 40 g Butter mischen und mit etwas Dukka würzen.

Hähnchenkeulen abspülen, trockentupfen und jeweils nur den Oberschenkelknochen entfernen. Dazu das Fleisch entlang des Knochens bis zum Gelenk aufschneiden, dann den Knochen auslösen.

Das ausgelöst Fleisch mit etwas Haselnuss-Buttermasse füllen und die Keulen jeweils zu Rouladen aufrollen.

Die gefüllten Keulen-Rouladen in hitzebeständige Folie einwickeln und auf ein Backblech setzen. Den Backofen auf 80 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Die gefüllten Keulen im heißen Ofen ca. 40 Minuten garen. Anschließend aus dem Ofen nehmen und abkühlen lassen.

Für den Blumenkohl den Backofen die Backofentemperatur auf 180 Grad Ober- und Unterhitze erhöhen.

Den Blumenkohl putzen und in kleine Röschen teilen. Diese auf ein Backblech oder in eine flache Auflaufform geben. Mit Salz und Pfeffer würzen, etwas Olivenöl darüber träufeln und im vorgeheizten Ofen ca. 20 Minuten garen.

Basmatireis gründlich mit handwarmem Wasser spülen. Reis in einen weiten Topf geben, die 1,5 fache Menge Wasser (im Verhältnis zum Reis) angießen und 1 gehäuften TL Salz zugeben. Zugedeckt aufkochen und 10 Minuten bei kleiner Hitze köcheln lassen. Auf dem ausgeschalteten Kochfeld mit geschlossenem Deckel nachgaren lassen. (Der Basmatireis kann auch im Reiskocher gekocht werden.)

Die abgekühlten Hähnchenkeulen vorsichtig aus der Folie wickeln und mit Salz und Pfeffer würzen.

In einer Pfanne Butterschmalz erhitzen und die Hähnchenrollen darin rundherum braten. Restliche Butter in einem Topf sacht bräunen.

Zum Anrichten Reis in die Tellermitte geben und etwas Dukka aufstreuen. Mit je einer Hähnchenrolle anrichten, etwas gebräunte Butter überträufeln. Den Blumenkohl dazu reichen.

Martina Kömpel am 09. April 2019