

Hähnchen mit orientalischem Spitzkohl, Granatapfel-Soße

Für 4 Personen

Granatapfelsoße:

500 ml Geflügeljus 1 EL Granatapfelessig 2 EL Granatapfelkerne
50 g kalte Butter

Orientalischer Spitzkohl:

$\frac{1}{4}$ Kopf gehobelter Spitzkohl 1 Bd. Petersilie (gehackt) 20 g Butter
Salz 1 Prise osmanisches Gewürz 2 Prisen Ras el-Hanout
1 EL Korinthen

Hähnchen:

4 Hähnchenbrüste à 170 g Salz, Pfeffer 2 EL Sonnenblumenöl

Und:

1 Fladenbrot

Granatapfelsoße:

Geflügeljus in einen Topf geben und auf die Hälfte einkochen lassen.

Granatapfelessig und Granatapfelkerne zu der reduzierten Jus geben und warm halten. Kurz vor dem Servieren die kalte Butter in die heiße Jus rühren, die Soße sollte nicht mehr kochen.

Orientalischer Spitzkohl:

Butter im Topf erhitzen, etwas salzen und mit den angegebenen Gewürzen versehen. Das Kraut dünsten, sodass es etwas zusammenfällt, es sollte nicht verkochen und ein wenig Biss behalten. Kurz vor Ende der Garzeit Petersilie und Korinthen untermengen.

Tipp:

Wer das osmanische Gewürz nicht bekommt, kann auch Chiliflocken und wilden Thymian verwenden.

Hähnchen:

Den Backofen auf 170 Grad Umluft vorheizen. Die Hähnchenbrüste von beiden Seiten salzen. Das Sonnenblumenöl in einer beschichteten Pfanne erhitzen und die Brüste mit der Hautseite nach unten etwa 3 Minuten bei mittlerer Hitze anbraten. Die Haut sollte sich goldgelb färben und anfangen, knusprig zu werden. Die Brüste wenden und im Ofen in 8-12 Minuten fertig garen. Das Fleisch aus dem Ofen nehmen, pfeffern und ein paar Minuten ruhen lassen.

Und:

Anrichten:

Den Spitzkohl auf vier Teller verteilen, je eine Hähnchenbrust daraufsetzen und mit Soße umtröpfeln. Mit Fladenbrot servieren.

Ali Güngörmüs am 25. Juli 2019