

Hähnchen mit Zitronen

Zutaten für 2 Portionen

2 Hähnchenschlegel und 2 Flügel,
2 EL Olivenöl,
2 Zitronen (ungespritzt und unbehandelt),
1 Zwiebel,
1 Stange Staudensellerie,
2 Knoblauchzehen,
6 schwarze, getrocknete Oliven,
Salz, Pfeffer, Mehl,
2 cl Noilly Prat (trockener französischer
Wermut),
¾ l Weißwein,
1 Tomate,

Zutaten für das Rucola – Pesto :

2 Knoblauchzehen,
60g frische Rucola- Blätter,
60 ml Olivenöl,
2 EL Pinienkerne,
50g frisch geriebenen Parmesan,
Salz und Pfeffer aus der Mühle.

1 Stangenweißbrot als Beilage.

Zubereitung Hähnchen mit Zitronen :

Den Backofen auf 200 °C vorheizen.

Die Hähnchenteile waschen, gut abtrocknen, mit Salz und Pfeffer würzen und mit Mehl bestäuben. Die Zitronen heiß abbürsten und gut abtrocknen. Eine halbe Zitrone auspressen, den Rest in ½ cm dicke Scheiben schneiden, dabei die Kerne entfernen, da diese beim andünsten sehr bitter werden. Die Zwiebel schälen und in ½ cm dicke Ringe schneiden. Den Staudensellerie waschen, abtrocknen und in grobe Stücke schneiden.

Die Hähnchenteile in einer ofenfesten Kasserolle in dem Olivenöl goldbraun anbraten und herausnehmen. Anschließend in dem Öl die Zwiebelscheiben, Zitronenscheiben, die abgezogenen Knoblauchzehen und die Staudenselleriestücke anbraten (leicht bräunen). Mit dem Noilly Prat ablöschen und den Zitronensaft und Weißwein angießen. Die Oliven zugeben. Die Hähnchenteile auf die Zitronenscheiben legen. Im vorgeheizten Backofen bei 200 °C 30 Min. offen garen.

Inzwischen die Tomate waschen, abtrocknen, halbieren und den Stielansatz heraustrennen. Die Tomatenhälften in einer Pfanne mit etwas Olivenöl auf der Schnittfläche anbräunen und etwa 10 Min. dünsten lassen.

Das Rucola- Pesto herstellen :

Knoblauch grob zerkleinern, Rucola- Blätter waschen, trocknen und grob zerkleinern, mit den Pinienkernen zusammen im Mörser fein zerreiben. Den geriebenen Käse untermengen. Das Öl in dünnem Strahl einlaufen lassen und gut mit der Kräutermischung verrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen.



WWW.KOCHBAEREN.DE

Rezepte > Fleischgerichte > Rezept : Hähnchen mit Zitronen

Die Hähnchenteile mit etwas Soße, den Zitronenscheiben, Knoblauchzehen und Oliven (ohne Zwiebeln und Selleriestücke) auf Teller verteilen. Die Tomatenhälften mit der Schnittfläche nach oben dazu garnieren. Je einen TL Rucola- Pesto auf die Tomaten geben. Das aufgeschnittene Stangenweißbrot dazu reichen.

Tipp der Aalener Kochbären :

Die Rezeptidee stammt aus Südfrankreich. Dort haben wir Kaninchenteile mit dieser Zubereitung serviert bekommen. Auch sehr lecker!