

Italienisches Hähnchen im Backofen

Für 4 Personen

ZUTATEN

6 ausgelöste Hähnchen-
Oberkeulen mit Haut
(je ca. 150 g)
3 EL Kapern
3 EL Kapernsud
80 g bunte Oliven (entsteint)
2 frische Knoblauchzehen
2 Strauchtomaten
3 TL helle Balsamico-Creme
1 Bio Zitrone
(Saft und Schalenabrieb)
1 TL Fleur de Sel
gemahlener, schwarzer Pfeffer
50 ml Olivenöl

Für das Pesto:

1 Bund Basilikum
1 Bund Petersilie
2 TL Fenchelsamen
1 TL Selleriesaat
1 Messerspitze Peperoncino
2 Knoblauchzehen
2 Anchovisfilets
100 ml Olivenöl

Für den Tomatensalat:

500 g gemischte
Cockailtomaten
1 TL Zucker
Saft einer halben Bio-Zitrone



ZUBEREITUNG

Die Haut der Hähnchenkeulen mit einem scharfen Messer einschneiden, die Fleischstücke anschließend nebeneinander in eine Auflaufform legen.

Für die Marinade Kapern und Oliven fein hacken und mit dem Kapernsud über den Hähnchenkeulen verteilen. Knoblauchzehen in feine Scheiben schneiden, Tomaten grob würfeln, mit Balsamico-Crème, Saft und Schalenabrieb der Zitrone und Olivenöl zur Marinade geben. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Italienisches Hähnchen im Backofen

ZUBEREITUNG

Hähnchenkeulen im Backofen auf 160°C CircoTherm® Heißluft mit geringer Dampfzugabe auf Einschubhöhe 2 für ca. 30-35 Minuten garen.

Für das grüne Pesto Kräuter samt Stielen grob hacken und in einen großen Mörser geben. Trockene Gewürze, Anchovisfilets und Olivenöl dazugeben und zu einem Cremigen Pesto mörsern.

Für den Salat die Cocktailtomaten halbiern und in einer Schüssel mit Zitronensaft und etwas Zucker marinieren.

Die Hähnchenkeulen aus dem Backofen nehmen, etwas Bratensaft und den Tomatensalat mischen.

Hähnchenkeulen mit Sauce, Tomatensalat und grünem Pesto servieren.

Eine cremige Polenta ist die perfekte Beilage dazu.