

Knusprige Hähnchenteile auf geschmortem Chicoreé



Zutaten für drei Personen:

3-4 ausgelöste Hähnchen-
oberschenkel mit Haut

Olivenöl

Salz, Pfeffer aus der Mühle

Mehl zum Bestäuben

italienische Kräuter, ersatzwei-
se Kräuter der Provence

Chicoreé und Pilze:

1-2 Chicoreé

250 g Champignons

1 Ecke Butter, 1 EL Olivenöl

Sauce:

ausgelöste Knochen der
Hähnchenoberschenkel

1/2 EL Olivenöl

40 ml Weißwein

40 ml Sahne

75 ml Hühnerbrühe [1 TL]

1. Hähnchenoberschenkel
auslösen, die Haut dabei
möglichst unversehrt lassen.
Chicoreé in Blätter teilen,
Strunkanteile wegschneiden,
waschen, 10 min wässern
und gut abtropfen lassen.
Pilze putzen und in gröbere
Scheiben schneiden.

2. Für die Sauce die ausge-
lösten Knochen in einer
kleineren Pfanne in Olivenöl
kräftig braten. Mit dem
trockenen Weißwein ablö-
schen, Wein etwas
einköcheln. Sahne und
Hühnerbrühe zugeben und
bei milder Hitze köcheln
lassen.

3. Pilze in einer größeren
beschichteten Pfanne mit
einem EL Olivenöl bei starker
Hitze braten, beiseite stellen.

4. Ausgelöste Hähnchen-
oberschenkel zwischen
Folie aus Gefrierbeuteln
plattieren. Dünn mit Olivenöl
einstreichen. Salzen,
pfeffern, mit Mehl bestäu-
ben und mit italienischen
Kräutern würzen.

5. Grillpfanne gut vorheizen
und Hähnchen-
oberschenkel zuerst auf der
Hautseite 3-4 Minuten
grillen. Umdrehen und auf
der anderen Seite weitere
3-4 Minuten grillen. In den
letzten 2 Minuten mit
Alufolie abdecken.

6. Hähnchenoberschenkel
in Alufolie mindestens 5
Minuten ruhen lassen. Erst
zum Servieren quer zur
Faser in Scheiben schnei-
den.

7. In einer Pfanne eine Ecke
Butter schmelzen und die
getrockneten Chicoreéblätter
bei milder Hitze dünsten.

8. Sauce passieren, die
Champignons zugeben und
alles kurz nochmals köcheln
lassen. Abschmecken.

9. Zum Servieren
Chicoreéblätter auf vorge-
wärmten Portionstellern
sternförmig anrichten. Sauce,
Pilze und Hähnchenteile
gefällig verteilen.

Schlagworte:

schwer, Zubereitung ca. 45
min, Hauptspeisen, Fleisch,
Geflügel, Huhn, mediterran

Rezept und Foto: Walter
Stand 29.11.2017