

Hähnchenherzen mit Paprika

Corazones de pollo con pimientos



Zutaten für zwei Personen:

50-75 g Hähnchenherzen
(netto, entspricht ca. 100-150 g
brutto)

100 g gemischte Paprika

1 EL Olivenöl

2 kleine Knoblauchzehen

1 TL grobes Salz

Zitronenspalten (optional)

1. Die Paprikaschoten waschen und gut trocknen. Von jeder Seite je einen Abschnitt abschneiden und in ca. 15 mm breite Streifen schneiden. Jeden Streifen mit der Hautseite nach oben auf ein Schneidbrett legen und mit einem Sparschäler die Haut abmachen. In kleine Dreiecke schneiden.

2. Hähnchenherzen längs halbieren, auf ein Schneidbrett legen und quer in feine Streifen schneiden. Fett und Flachsen großzügig wegschneiden bzw. nicht verwenden.

3. Knoblauchzehen pressen und mit einem

gestrichenen TL groben Salzes in einem Mörser zu einer Paste verarbeiten.

4. Einen EL Olivenöl in eine größere beschichtete Pfanne geben, die Knoblauchpaste zufügen und mit der fein geschnittenen Paprika auf kleiner Hitze (bei uns: Stufe 3 von 9) geduldig braten. Immer wieder mal rühren.

5. Wenn die Paprikastückchen fast gar sind, die Streifen von den Hähnchenherzen zugeben und unter Rühren braten.

6. Zusammen mit Weißbrot heiß bzw. warm servieren. Optional mit Zitronensaft beträufeln.

Hinweise:

Interessantes und schmackhaftes Tapas-Gericht. Kann man gut vorbereiten, bis hin zum Braten der Hähnchenherzen, das immer erst kurz vor dem Servieren gemacht werden sollte.

Bei den Hähnchenherzen auf absolute Frische achten.

Schlagworte:

mittel, Zubereitung ca. 35 min, Vorspeisen, Tapas, Fleisch, Geflügel, Huhn, Innereien, spanisch

Rezept und Foto: Walter
Stand 21.01.2023