

Hier und heute



Geschmorte Hähnchenkeule mit Kurkuma-Pastabällchen, Paprika und Babyspinat

Fabian Timmer verbindet bei seiner geschmorten Hähnchenkeule frische Kräuter und feine Röstaromen zu einem würzigen Wohlfühlgericht.

Das Rezept

von Fabian Timmer für vier Personen

Zutaten für die geschmorte Hähnchenkeule

- 600 g Hähnchenkeule, klein gewürfelt (ohne Haut und Knochen)
- 2 rote Zwiebeln, gewürfelt
- 3 bunte Paprika (rot, gelb, grün), gewürfelt
- 1 Knoblauchzehe, fein gehackt
- 3 EL Olivenöl
- 200 ml kräftige Geflügelbrühe
- 150 ml Sahne
- 1 Bund frischer Basilikum, gezupft und grob geschnitten
- 1 Bund frischer Majoran, gezupft
- 1 Prise Kreuzkümmel
- 2 große Hände Babyspinat
- Salz und schwarzer Pfeffer

Zutaten für die Kurkuma-Pastabällchen

- 400 g kleine Pasta (z. B. Gnocchetti, kleine Orecchiette oder Mini-Fusilli)
- 1 TL Kurkuma
- Salz
- 2 EL Olivenöl

Zubereitung

Olivenöl in einer großen Pfanne oder flachen Kasserolle erhitzen. Die gewürfelte Hähnchenkeule salzen, pfeffern und kräftig anbraten, bis sie leicht Farbe annimmt. Zwiebelwürfel und Paprikawürfel hinzugeben und drei bis vier Minuten mitbraten. Den gehackten Knoblauch kurz mit anschwitzen. Mit der kräftigen Geflügelbrühe ablöschen und einmal aufkochen. Sahne angießen, Basilikum und Majoran zufügen und alles bei mittlerer Hitze einkochen lassen, bis eine sämige Konsistenz entsteht. Mit einer Prise Kreuzkümmel abschmecken. Kurz vor dem Servieren den Babyspinat unterheben und nur leicht zusammenfallen lassen.

Zubereitung Pastabällchen

Pasta in reichlich Salzwasser mit einem Teelöffel Kurkuma bissfest garen. Abgießen, kurz ausdampfen lassen und mit zwei Esslöffeln Olivenöl mischen, damit sie nicht kleben. Das Geschnetzelte in einen tiefen Teller geben. Die Pastabällchen darauf oder daneben anrichten. Nach Wunsch mit ein paar frischen Spinatblättern garnieren.

Tipps

- Die Paprika etwas länger anbraten, bis sie leichte Röststellen bekommt. Diese karamellisierten Noten untermalen den Geschmack und bringen mehr Tiefe in die Soße.
- Vor dem Ablöschen 1 TL Tomatenmark in die Pfanne geben und kurz mit anrösten. Dadurch entsteht mehr Umami und die Soße bindet besser, ohne schwer zu wirken.
- Für eine leichtere Soße, einen Teil der Sahne (z. B. 50 ml) durch Crème fraîche oder Mascarpone ersetzen. Das sorgt für runde Säure, bzw. zusätzliche Seidigkeit.

Hier und heute



- Unter die heißen Pastabällchen zusätzlich etwas Zitronenzesten oder fein geschnittene Petersilie mischen. Das bringt Frische und einen angenehmen Kontrast zur würzigen Hähnchen-Paprika-Soße.