

Hier und heute

Hähnchenkeule mit Walnuss-Granatapfelsoße

Köchin Julia Floß macht saftige Hähnchenkeulen, geschmort in einer samtigen Walnuss-Granatapfelsoße – fein gewürzt mit Baharat und Kurkuma. Ein raffiniertes Ofengericht mit orientalischem Flair!

Rezept

Hähnchenkeule mit Walnuss-Granatapfelsoße

von Julia Floß für vier Personen

Zutaten

- 4 Hähnchenschenkel mit Haut
- 4 EL Olivenöl
- 2 Zwiebeln
- Salz
- 100 g Walnüsse
- ½ TL gemahlene Kurkuma
- 1 TL Libanesisches 7-Gewürz (Baharat)
- schwarzer Pfeffer
- 200 ml Hühnerbrühe
- 50 ml Granatapfelsirup
- 200 g Basmatireis
- ¼ Bund frischer Dill
- 2 Zweige frische Minze
- ¼ Bund glatte Petersilie
- 3 EL Granatapfelkerne

Zubereitung

Den Backofen auf 220 Grad Ober-Unterhitze vorheizen. Die Hähnchenschenkel trocken tupfen, salzen und in einer großen Pfanne in 2 EL Olivenöl auf der Hautseite 7-10 Minuten anbraten, bis sie goldbraun sind. Die Hähnchenschenkel in eine Auflaufform legen.

Die Zwiebeln schälen, halbieren, in feine Streifen schneiden und bei mittlerer Hitze in der gleichen Pfanne, in der die Hähnchenschenkel angebraten wurden, anbraten. So nehmen sie den Geschmack des Hähnchens an. Leicht salzen.

Währenddessen die Walnüsse, die Gewürze, die Brühe und den Granatapfelsirup zusammen pürieren, bis eine glatte Masse entsteht.

Diese Mischung auf die geschmorten Zwiebeln gießen, alles einmal aufkochen und über die Hähnchenkeulen gießen. Das Ganze im Ofen für 25-30 Minuten schmoren.

In der Zwischenzeit den Reis abkochen und die Kräuter hacken.

Hier und heute



Den Reis mit den Kräutern, den Granatapfelkernen und 2 EL Olivenöl mischen und zusammen mit dem Hähnchen und der Soße servieren.