

BUTTERFLY CHICKEN VOM GRILL MIT MUSKAT, KNOBLAUCH UND ROSMARIN, DAZU ROMANASALAT MIT CREMIGEM DRESSING



Zutaten (für 4 Personen):

Caesar Salat:

- 2 Köpfe Romanasalat
- 60 g Parmesan am Stück
- 100 g Joghurt
- 50 g saure Sahne
- 2 EL Aceto balsamico bianco
- 2-3 EL Milch

Schmetterlingshähnchen:

- 2-3 Zweige Rosmarin
- 1 Knoblauchzehe
- 4 EL Olivenöl
- 1 EL frisch geriebene Muskatnuss
- 1 EL grobes Meersalz
- 1 TL frisch gemahlener schwarzer Pfeffer
- 1 schweres küchenfertiges Hähnchen (etwa 2,5kg)

Glasur:

- 4 EL Orangenmarmelade
- 4 EL Orangensaft
- 4 EL Mirin (Reisessig)
- 2 EL Hoisin-Sauce
- 1/2 TL zerstoßene Chiliflocken



BBQ



75°C

Zubereitung:

Für die Marinade Rosmarin waschen, trocken schütteln, die Nadeln abzupfen und fein hacken. Den Knoblauch schälen und ebenfalls fein hacken. Beides zusammen mit Olivenöl, Muskatnuss, Meersalz und Pfeffer in einem 20x30 cm großen Bräter vermischen. Das Hähnchen mit der Brust nach unten auf ein Schneidebrett legen. Mit der Geflügelschere vom Nacken her auf beiden Seiten des Rückgrats entlang schneiden und das Rückrat entfernen. Das knorpelige untere Ende des Brustbeins mit einem Einschnitt versehen, dann mit den Händen an die Rippenenden fassen und das Hähnchen aufklappen. Mit den Fingern auf beiden Seiten des Brustbeins entlangfahren, um es vom Fleisch zu lösen. Nun den Knochen greifen und zusammen mit dem Knorpel herausziehen. Das Hähnchen sollte nun flach auf dem Schneidebrett liegen. Dieses in den Bräter mit der Marinade legen und darin wenden, bis es gleichmäßig überzogen ist. Mit Frischhaltefolie abdecken und etwa 2 Stunden im Kühlschrank marinieren.

In der Zwischenzeit alle Zutaten für die Glasur in einem Topf bei mittlerer Hitze zum Kochen bringen und etwa 5 Minuten einköcheln lassen. Die Hälfte der Glasur als Sauce beiseite stellen.

Das Hähnchen mit der Fleischseite nach unten, über direkte mittlere Hitze legen und mit einer schweren Gusseisenpfanne beschweren. Den Deckel schließen und das Hähnchen 20-30 Minuten grillen. Das Gewicht herunternehmen, das Hähnchen wenden und dick mit der Glasur einpinseln. Weiter grillen, bis beim Einstechen klarer Fleischsaft austritt und die Kerntemperatur an der dicksten Stelle des Schenkels 75°C beträgt. Vom Grill nehmen und 3-5 Minuten ruhen lassen.

In der Zwischenzeit für den Caesarsalat den Romanasalat putzen, abbrausen, trocken schleudern und in Stücke zupfen. Die Hälfte des Parmesan in Späne hobeln. Den Rest fein reiben und mit Joghurt, saurer Sahne, Essig und Milch verrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen. Den Salat auf Tellern verteilen und das Dressing darübergießen, mit Parmesanspänen bestreuen. Mit dem Butterfly Hähnchen und der übrigen Sauce servieren.

HÄHNCHENBRUST MIT HONIG-THYMIAN, DAZU GRÜNEN SPARGEL, GESCHMORTE EIER-TOMATEN UND MEERSALZKARTOFFELN



Zutaten (für 4 Personen):

- 4 Hähnchenbrüste
- 6 EL Olivenöl
- 1/2 Bund Thymian
- 6 EL BBQ Sauce
- 6 EL Honig
- 500 g Eier-Tomaten
- 1 rote Zwiebel
- 5 Knoblauchzehen
- 12 schwarze Oliven
- 1 TL Zucker
- 500 g kleine Kartoffeln
- 3 EL Meersalz
- 800 g grünen Spargel
- Salz
- Pfeffer aus der Mühle
- 1 EL Apfelessig
- 3 EL Walnussöl

Zubereitung:

Den Backofen auf 120°C vorheizen. Die Hähnchenbrust abbrausen, trocken tupfen und anschließend mit 2 EL Olivenöl bepinseln. Mit Salz und Pfeffer würzen. Die Hähnchenbrustfilets von jeder Seite etwa 2 Minuten in der heißen Grillpfanne grillen bzw. braten, anschließend in den Ofen geben und in etwa 20 bis 25 Minuten durchgaren. Den Thymian waschen, trocken schütteln und von 3 bis 4 Zweigen die Blätter von den Stielen zupfen. Zusammen mit der BBQ Sauce und dem Honig verrühren. 10 Minuten vor Ende der Garzeit das Fleisch mit der Sauce bepinseln und zu Ende garen.

Für die geschmorten Eiertomaten die Tomaten halbieren. Die rote Zwiebel und den Knoblauch schälen. Die Zwiebel achteln. Die Oliven durch ein Sieb schütten und kalt abspülen. Alles zusammen in einer Schüssel mit dem übrigen Olivenöl, Thymian, Zucker, Salz und Pfeffer vermischen. Das Ganze auf einem Backblech verteilen. Im Backofen etwa 20 Minuten schmoren, bis die Tomaten schrumpelig und stellenweise braun werden.

Die Kartoffeln in einen Topf geben und knapp mit Wasser bedecken. Mit Meersalz würzen und solange kochen, bis das Kochwasser komplett verdunstet ist. Dies dauert etwa 20 Minuten. Danach die Kartoffeln im Backofen warm halten.

Den Spargel putzen und das untere Drittel schälen. Den Spargel in kochendem Salzwasser ca. 5 Minuten bissfest blanchieren, herausnehmen und in Eiswasser abschrecken. Durch ein Sieb schütten, abtropfen lassen und der Länge nach halbieren. Den Spargel mit Salz, Pfeffer, Apfelessig und Walnussöl marinieren.

Alles zusammen auf anrichten und servieren.

OFEN



HÄHNCHENKEULEN MIT AHORNSIRUP UND KNOBLAUCH, DAZU RISOTTO MILANESE, MANDELN UND SALBEI

Zutaten (für 4 Personen):

- 2-3 Zweige Rosmarin
- 1 Knoblauchzehe
- 6 EL Walnussöl
- 1 EL Muskatnuss
- 1 EL grobes Meersalz
- 4 Hähnchenkeulen
- 200 ml Ahornsirup
- 100 g Mandeln
- 6-8 Blätter Salbei
- 120 g kalte Butter
- 1/2 Zitrone
- 2 Schalotten
- 30 ml Olivenöl
- 1 TL frisch gemahlener schwarzer Pfeffer
- 1 Lorbeerblatt, 2-3 Thymianzweige
- 700 ml Geflügelfond (aus dem Glas)
- 250 g Risottoreis
- 150 ml trockenen Weißwein
- 0,2 g Safran in Fäden
- 70 g Parmesan

Zubereitung:

Für die Marinade den Rosmarin waschen, trocken schütteln, die Nadeln abzupfen und fein hacken. Den Knoblauch schälen und ebenfalls fein hacken. Beides zusammen mit Walnussöl, Muskatnuss, Meersalz und Pfeffer in einer 20x30 cm großen Einweg-Aluschale vermischen. Die Hähnchenschenkel waschen und trocken tupfen, die Hautseite mit einem scharfen Messer einschneiden. Die Hähnchenschenkel in die Aluschale mit der Marinade legen und darin wenden, bis sie gleichmäßig überzogen sind. Mit Frischhaltefolie abdecken und etwa 2 Stunden im Kühlschrank marinieren. Den Grill auf mittlere bis niedrige Stufe erhitzen.

Die Aluschale mit den Hähnchenstücken auf den Grill bei indirekter Hitze geben, den Deckel des Grills schließen und das Hähnchen 30-45 Minuten grillen. Währenddessen das Fleisch immer wieder großzügig mit dem Ahornsirup einpinseln. Weiter grillen, bis beim einstechen klarer Fleischsaft austritt und die Kerntemperatur an der dicksten Stelle des Schenkels 75°C beträgt. Vom Grill nehmen und 3-5 Minuten ruhen lassen.

In der Zwischenzeit, die Mandeln grob hacken. Den Salbei waschen, trocken tupfen und die Blätter von den Stielen zupfen. 50 g Butter in einer Pfanne schmelzen, die Mandeln darin anrösten und den Salbei kurz mit durchschwenken. Die halbe Zitrone in dünne Scheiben schneiden und dazugeben. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Für das Risotto die Schalotten schälen und fein würfeln. Das Lorbeerblatt und die Thymianzweige zusammen mit dem Geflügelfond in einem kleinen Topf erhitzen und warm halten. In einem weiteren großen Topf das Olivenöl erhitzen und die Schalotten darin andünsten. Den Reis zufügen und unter rühren glasig dünsten. Den Weißwein dazugießen und bei milder Hitze einkochen lassen. Den Safran gemeinsam mit 1/4 des heißen Geflügelfonds dem Reis beifügen. Diesen unter häufigem Rühren so lange garen bis die Körner die Flüssigkeit vollständig aufgesogen haben. Diesen Vorgang noch dreimal wiederholen, bis der Fond aufgebraucht ist. Dies dauert je nach Reissorte 18-23 Minuten. Das Risotto herzhaft mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Topf vom Herd nehmen und die übrige Butter untermischen. Zuletzt den fein geriebenen Parmesan unterrühren.

Das Risotto auf Tellern verteilen, das Fleisch darauf setzen und mit der Salbei-Mandeln-Mischung bestreut servieren.



BBQ



75°C