

Kochen

Caroline Autenrieth

Dienstag, den 16.05.2023

Geschmortes Hühnchen mit Erbsen und Lauchzwiebeln

Für 4 Personen

Zutaten

1 Maispoularde (ca. 1,2kg)
 5 EL Olivenöl
 etwas Salz
 etwas Pfeffer
 1,3 kg Erbsen in Schoten
 (ergeben ca. 400 g Erbsen,
 alternativ: TK-Erbsen)
 3 Lauchzwiebeln
 2 Römersalatherzen
 150 g Speck, durchwachsen
 1 Knoblauchzehe angedrückt
 1 EL Mehl
 200 ml Gemüsebrühe
 oder Wasser



Zubereitung

1. Die Maispoularde in 8 Teile portionieren. Die Hühnchenteile mit Salz und Pfeffer kräftig würzen.
2. In einem Bräter 4 EL Öl erhitzen. Die Hühnchenteile von allen Seiten rundum anbraten.
3. Die Hühnchenteile auf einen Teller geben, abdecken und beiseite stellen.
4. Lauchzwiebeln und Römersalat putzen und abbrausen. Lauchzwiebeln in Scheiben schneiden.
 Römersalat ebenfalls kleinschneiden. Speck in Würfel schneiden. Knoblauchzehe mit Schale andrücken.
5. Das übrige Öl im Bratensatz erhitzen. Speck darin knusprig anbraten. Lauchzwiebeln und Knoblauch ebenfalls zugeben und andünsten. Mehl darüberstäuben und verrühren.
 Dabei den Bratensatz vom Huhn lösen.
6. Zuletzt Erbsen und Römersalat dazu geben. Dann Gemüsebrühe oder Wasser nach und nach zugeben, sodass alles knapp mit Flüssigkeit bedeckt ist. Mit Salz und Pfeffer würzen.
7. Die Hühnerteile auf dem Gemüse verteilen (Hautseite nach oben). Das Huhn bzw. den Bräter (ohne Deckel) im Ofen auf der mittleren Schiene, bei 180 Grad Ober- und Unterhitze offen ca. 35 Minuten garen.
8. Huhn aus dem Ofen nehmen, erneut abschmecken. Auf Tellern verteilen und mit Baguette genießen.