

Antonina Müller Gezupftes Hähnchen mit Rotkrautsalat im gedämpften Brötchen

Donnerstag, 27. Oktober 2022

Rezept für 4 Personen

Dauer: 1,5 Stunden
Schwierigkeitsgrad: mittel
Heimatküche, Feine Küche

Zutaten:

Für das Brötchen:

350 g	Weizenmehl, Type 405
1 Prise	Salz
2 EL	Sonnenblumenöl
1 TL	Zucker
175 ml	lauwarmes Wasser
10 g	frische Hefe
etwas	Sonnenblumenöl zum Bestreichen
2 Stangen	Zitronengras

Für das Fleisch:

1	Knoblauchzehe
1/2 TL	Kreuzkümmel
1 Msp.	Salz
1 Msp.	Pfeffer aus der Mühle
1/2 TL	Paprikapulver
1 Msp.	Koriander, gemahlen
2	Hähnchenkeulen
2 EL	Erdnussöl

Für den Rotkohlsalat:

200 g	Rotkohl
2 EL	Apefelessig
1 EL	geröstetes Sesamöl
2 EL	Erdnussöl
etwas	Salz
etwas	Pfeffer aus der Mühle
etwas	Zucker
1 EL	Sesam

Für die Mayonnaise:

2	Eigelbe (extrafrisch)
1 TL	scharfer Senf
1 Prise	Salz
180 ml	Rapsöl
30 g	geröstetes Sesamöl

Zubereitung:

1. Für den Brötchenteig Mehl in eine Schüssel geben, 1 Prise Salz untermischen. Sonnenblumenöl, Zucker und das Wasser darauf geben. Die Hefe darüber bröseln und alles mit der Hand oder dem Knehtaken der Küchenmaschine zu einem glatten Teig kneten.
2. Den Teig 5 Minuten gut durchkneten, dann abgedeckt ca. 30 Minuten bei Zimmertemperatur gehen lassen.



3. Den Backofen auf 200 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.
4. Für das Fleisch den Knoblauch schälen und fein schneiden.
5. Aus Kreuzkümmel, Salz, Pfeffer, Paprikapulver und Koriander eine Gewürzmischung herstellen. Den Knoblauch untermischen.
6. Die Hähnchenkeulen kalt waschen, trocken tupfen und mit der Gewürzmischung und dem Erdnussöl einreiben. Auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen. Im vorgeheizten Ofen ca. 30 Minuten garen.
7. Den gegangenen Teig ca. 1 cm dick ausrollen und Kreise von ca. 10 cm ausstechen. Die Teigkreise mit etwas Öl bestreichen. Die Zitronengrasstangen etwas anklopfen und die Teigkreise darüberlegen. Erneut ca. 30 Minuten gehen lassen.
8. In der Zwischenzeit die gegarten Hähnchenschenkel abkühlen lassen, den ausgetretenen Bratensaft beiseitestellen. Das Fleisch vom Knochen lösen und mit Bratensaft mischen.
9. Für den Rotkohlsalat den Kohl waschen, den harten Strunk entfernen und die Kohlblätter in sehr feine Streifen schneiden oder hobeln.
10. Apfelessig, Sesam- und Erdnussöl zum Rotkohl geben, mit einer Prise Salz, Pfeffer und Zucker würzen und alles gut vermischen.
11. Sesam in einer Pfanne ohne Fett rösten, dann zum Salat geben.
12. Zum Garen der Brötchen einen Topf mit Dämpfeinsatz und Deckel bereitstellen. In den Topf etwas Wasser geben, darauf den Dämpfeinsatz bzw. das Sieb geben. Das Wasser aufkochen, die Teigkreise einlegen und zugedeckt bei mittlerer Hitze die Brötchen ca. 14 Minuten dämpfen.
13. Für die Mayonnaise sollten alle Zutaten Zimmertemperatur haben. Eigelbe mit Senf, 1 Prise Salz, Rapsöl und Sesamöl in einen schmalen, hohen Mixbecher geben. Den Pürierstab ins Gefäß geben und eingeschaltet langsam hochziehen, so dass sich alles zu einer cremigen Mayonnaise vermischt.
14. Die Brötchen aufschneiden, mit Salat, Fleisch und Mayonnaise belegen und servieren.

Pro Portion: 1585 kcal/ 6635 kJ
66 g Kohlenhydrate, 45 g Eiweiß, 127 g Fett