Michel
Bingen am Rhein

Hühnchen Marbella

ein außergewöhliches Gericht - für außergewöhnliche...



ZUTATEN FÜR 6 PERSONEN

8	Hähnchenbrusthälften ohne Haut un...
10	Knoblauchzehen, klein gedrückt
4 EL	Getrockneter Oregano
Grobkörniges Meersalz und frisch gemahlener sch...	
125 ml	Rotweinessig (gute Qualität)
80 ml	Natives Olivenöl extra
100 g	getrocknete Pflaumen (ohne Stein)
180 g	grüne und schwarze Oliven
60 g	Kapern mit einem Spritzer Salzlake
6	Lorbeerblätter
140 g	Vollrohrzucker
250 ml	Trockener Weißwein
Petersilienblätter oder Koriander, klein geschnitten ...	

ZUBEREITUNG

Die Hähnchenbrusthälften in einer großen Kasserolle nebeneinander auslegen und Knoblauch, Oregano, Salz, Pfeffer, Essig, Olivenöl, Pflaumen, Oliven, Kapern, ein Spritzer Salzlake der Kapern und die Lorbeerblätter dazu geben. Dann zugedeckt über Nach im Kühlschrank stehen lassen. Den Ofen auf 175°C vorheizen. Die Marinade mit einem Löffel gleichmäßig über die Hähnchenbrusthälften verteilen. Dann Vollrohrzucker und Weißwein drum herum schütten. Im Ofen 35-40 Minuten backen (je nach Größe der Brüste) und alle 10 Minuten das Fleisch mit dem Backsud übergießen. Das Fleisch ist fertig, wenn es in der Mitte nicht mehr rosa ist. Dann das Fleisch auf eine Servierplatte legen und mit Backsud übergießen. Danach ausgiebig mit Petersilie oder Koriander garnieren. Den übrigen Backsud in einem extra Soßengießer servieren. Mit Couscous oder Reis servieren.

Passt zu: Gelber Muskateller · Michelangelo