

Lindas

Hühnchen Marbella



Zutaten für 6-8 Personen

8	Hähnchenbrusthälften ohne Haut und Knochen (ca. 1,3 kg)
10	Knoblauchzehen, klein gedrückt
4 EL	Getrockneter Oregano
	Grobkörniges Meersalz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer
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 zum Garnieren

Dazu passt wunderbar unser Gelber Muskateller

Zubereitung

1. 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 Nacht im Kühlschrank stehen lassen.
2. Den Ofen auf 175°C vorheizen.
3. Die Marinade mit einem Löffel gleichmäßig über die Hähnchenbrusthälften verteilen. Dann Vollrohrzucker und Weißwein drum herum schütten.
4. 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.
5. 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.
6. Mit Couscous oder Reis servieren.