

Saftiges Kräuterhähnchen mit Spargelrisotto

Zubereitungszeit:

ca. 70 Min.

Zutaten für 4 Personen

4 Hähnchenschenkel (oder 12 Unterkeulen)
1 – 2 EL Paprika edelsüß
2 Bund Petersilie
4 – 5 Stiele Thymian
1 – 2 EL Olivenöl
150 ml Sahne
Salz, Pfeffer

Spargelrisotto

500 g Spargel
50 g geriebener Parmesan
250 g Risottoreis
1/8 l trockener Weißwein
6 EL Olivenöl
1 EL Butter
1 Zwiebel
Salz, Pfeffer, Gemüsebrühe



Zubereitung:

Hühnerschenkel am Gelenk zerteilen, Haut mit einem Finger oder Löffelstiel lösen, nicht abziehen. Paprika und etwas Salz unter der Haut verteilen. Kräuter waschen, trocken schütteln, Blätter abzupfen, ein Viertel beiseitelegen. Den Rest dicht an dicht unter die Haut schieben. Die Haut mit Zahnstochern oder Küchengarn fixieren. Mit Salz und Paprika bestreuen.

Öl in einer großen Pfanne erhitzen, die Hähnchenteile hineinlegen, etwa 100 ml Wasser zugießen und zugedeckt bei niedrigster Hitze 45 Minuten garen, eventuell auch länger. Das Fleisch soll sehr weich werden. Bei Bedarf etwas Wasser nachgießen.

Die Hähnchenteile herausnehmen, im Ofen bei 50°C warm halten. Das Fett in der Pfanne abgießen, Bratensatz mit 200 ml Wasser ablöschen, Sahne dazugießen und mit den restlichen Kräutern etwas einkochen lassen. Abschmecken, über die Hähnchenteile geben.

weiter auf Seite 2

Spargelrisotto

Spargel waschen, die holzigen Enden abschneiden. Die Spitzen abschneiden und beiseitelegen. Restabschnitte etwas zerkleinern, in knapp 1l Salzwasser 25 Minuten kochen.

Gegarte Spargelabschnitte herausnehmen, mit dem Pürierstab fein zerkleinern oder durch ein Sieb streichen, dann in die Brühe zurückgeben. In einem breiten Topf 6 EL Olivenöl erhitzen. 1 Zwiebel fein hacken, unter Rühren andünsten. Spargelspitzen kurz mitbraten, Reis einstreuen und glasig dünsten. Mit 1/8 l Weißwein ablöschen, nach und nach kochend heiße Spargelbrühe angießen und den Reis unter ständigem Rühren ausquellen lassen.

1 EL Butter und geriebenen Parmesan unter das fertige Risotto rühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken

Weinempfehlung:

Weisswein od. Rose

Kochabend:

12. Apr, 2023 / Harry