

# Gewürz-Hähnchen mit Paprika-Kraut und Kräuter-Dip

## Für zwei Personen

2 Hähnchenkeulen                      2 Hähnchenbrustfilets

## Für die Marinade:

2 EL edelsüßes Paprikapulver    1 TL Kardamom                      4 EL Olivenöl  
1 TL Cayennepfeffer                1 TL Salz

## Für das Paprikakraut:

800 g Sauerkraut                      2 Zwiebeln                              1 Knoblauch  
2 rote Paprika                        200 g Dosentomaten                30 g Butter  
200 ml trockener Rotwein        1 Lorbeerblatt                        1 TL schwarze Pfefferkörner  
edelsüßes Paprikapulver        Cayennepfeffer                        Salz

## Für den Kräuter-Dip:

200 g saure Sahne                    10 ml Weißweinessig                1 Bund glatte Petersilie  
Salz                                        schwarzer Pfeffer

Den Backofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Die Hähnchenkeulen und die Hähnchenbrustfilets waschen und trocken tupfen. Für die Marinade das Olivenöl mit dem Paprikapulver, dem Cayennepfeffer, dem Kardamom und einem Teelöffel Salz zu einer Marinade verrühren. Mit einem Pinsel das Hähnchen gründlich damit bestreichen und auf ein Backblech legen. 25 Minuten im Ofen garen und alle sieben Minuten wenden.

Für das Paprikakraut die Zwiebeln und den Knoblauch abziehen und in dünne Scheiben schneiden. Die Paprika waschen und in dünne Streifen schneiden. Anschließend die Butter in einem Topf erhitzen und Zwiebeln, Paprika und Knoblauch darin andünsten. Das Sauerkraut abtropfen lassen, zerrupfen und dazu geben. Mit Salz, Paprikapulver und Cayennepfeffer würzen. Den Rotwein eingießen und einkochen lassen. Die Pfefferkörner und das Lorbeerblatt in einen Teebeutel geben und mit den Tomaten in der Paprika-Sauerkraut-Mischung kochen lassen.

Für den Kräuter-Dip die Petersilie waschen und fein hacken. Die Petersilie mit der sauren Sahne vermischen und den Weißweinessig hinzugeben. Anschließend mit Salz und Pfeffer würzen und den Teebeutel aus dem Paprikakraut nehmen.

Das Gewürzhähnchen mit Paprikakraut und Kräuter-Dip auf Tellern anrichten und servieren.

Lars Pemöller am 02. Juli 2015