

Hähnchen-Keulen mit Jollof-Reis, Erdnuss-Dip und Harissa

Für zwei Personen

Für den Jollof-Reis:

160 g Jasminreis	$\frac{1}{2}$ Süßkartoffel	100 g Romatomen
1 Maniok	2 Karotten	2 Zwiebeln
1 Knoblauchzehe	100 g passierte Tomaten	2-3 EL Tomatenmark
250 ml Rinderfond	250 ml Hähnchenfond	1 Habanero
Pflanzenöl	Thymian	Lorbeerblatt
2-3 TL Paprikapulver	Salz	Pfeffer

Für die Hähnchenkeulen:

2 kleine Hähnchenkeulen	$\frac{1}{2}$ Tomatenmark	1 Zweig Rosmarin
$\frac{1}{2}$ TL Honig	4 EL Sonnenblumenöl	1 EL edelsüßes Paprikapulver
1 TL Chilipulver	$\frac{1}{2}$ EL Currypulver	$\frac{1}{2}$ TL Knoblauchgranulat
Salz		

Für den Erdnuss-Dip:

150 g cremige Erdnussbutter	1 EL crunchy Erdnussbutter	1 Orange
1 Limette	$\frac{1}{2}$ Knoblauchzehe	160 ml Geflügelfond
1 TL Honig	Salz	

Für die Harissa:

10 g getrock. Chilischoten	5 g getrock. rote Peperonischote	1 große Knoblauchzehe
1 EL passierte Tomaten	1 TL Kreuzkümmel	1 TL Oregano
$\frac{1}{2}$ TL Curry	4 EL Olivenöl	$\frac{1}{2}$ TL Salz

Für den Jollof-Reis:

Den Ofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Reis waschen. Süßkartoffel schälen und in Würfel kleinschneiden.

Romatomen, Maniok und Karotten waschen, trockentupfen, schälen und in kleine Würfel schneiden. Zwiebeln und Knoblauch abziehen und kleinschneiden. Habanero kleinwürfeln.

Etwas Öl in einer großen Pfanne erhitzen und Zwiebeln, Knoblauch, Habanero, Süßkartoffel, Tomaten, Karotten und Maniokwürfel anbraten und nach ca. 3 Minuten das Tomatenmark unterrühren und etwas mitbraten.

Nach etwa 5 Minuten den noch rohen Reis mit hinzugeben und ebenso kurz in der Pfanne mit anbraten.

Tomatenstücke und den Fond nach und nach dazugeben und bei geringer Hitze köcheln lassen, bis der Reis die Flüssigkeit aufgenommen hat und gar ist. Kurz vor Ende der Garzeit Paprikapulver, Thymian und Lorbeerblatt hinzufügen und kräftig mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Hähnchenkeulen:

Aus dem Öl und Tomatenmark, Rosmarin, Honig, Paprikapulver, Chili, Curry, Knoblauch und Salz eine sämige Paste herstellen. Keulen gründlichen waschen und abtupfen. Mit der Paste einpinseln, die Schenkel auf ein Blech legen und 25 Minuten garen lassen. Garzeit ist hierbei abhängig von der Größe der Keule.

Für den Erdnuss-Dip:

Orange und Limette waschen und trockentupfen. Limette halbieren, auspressen und Saft auffangen. Knoblauch abziehen und durch eine Presse drücken. Cremige und stückige Erdnussbutter mit Fond, Honig und Knoblauch verrühren und bei geringer Wärmezufuhr langsam unter Rühren erhitzen. Sobald eine cremige Masse entstanden ist, mit etwas Salz, Orangenzesten und 2

EL Limettensaft abschmecken.

Für die Harissa:

Einen kleinen Topf mit Wasser aufsetzen. Chilis und Peperonischote etwas zerbröseln, mit kochendem Wasser übergießen und circa 15 Minuten quellen lassen. Danach das Wasser mithilfe eines Siebes abgießen.

Passierte Tomaten, Kreuzkümmel, Oregano, Curry und Salz miteinander vermahlen. Knoblauchzehe abziehen, sehr klein schneiden und mit dem Olivenöl zu den Chilis geben und das Ganze mit einem Pürierstab pürieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Maike Eggers am 17. Juli 2019