

Stubenküken aus dem Ofen mit Orangen-Rosmarin-Soße

Für zwei Personen

Für das Fleisch:

1 Stubenküken	1 Knolle Knoblauch	1 Orange
1 EL Butter	2 Zweige Rosmarin	2 EL Olivenöl
Salz	Pfeffer	

Für die Sauce:

2 Schalotten	1,5 Knollen Knoblauch	1 rote Chilischote
4 Orangen, Saft	200 g Butter	5 EL Gemüsefond
4 Zweige Rosmarin	2 EL Mehl	Olivenöl
Salz	Pfeffer	

Für die Hasselback-Kartoffeln:

2 große festk. Kartoffeln	200 g Butter	$\frac{1}{2}$ Bund Rosmarin
$\frac{1}{2}$ Bund Thymian	2 EL Olivenöl	Salz, Pfeffer

Für den Blaukrautsalat:

300 g Blaukraut	1 EL Preiselbeeren	1 Orange, Saft
2,5 EL Weißweinessig	1 EL Rotwein	$\frac{1}{2}$ TL Zucker
1,5 EL Olivenöl	Salz	Pfeffer

Für das Fleisch: Den Backofen auf 200 Grad Heißluft vorheizen.

Butter schmelzen. Stubenküken waschen und trocken tupfen. Die Flügel trennen und zur Seite legen, die Schenkel jeweils zweimal einschneiden.

Mit Salz, Pfeffer, Butter, Öl und feingehacktem Rosmarin würzen bzw. bestreichen. Knoblauch, eine halbe Orange sowie ein Rosmarinweig in die Einschnitte des Fleisches geben und im vorgeheizten Ofen ca. 20 Minuten garen.

Stubenküken aus dem Ofen nehmen und eine Brust abtrennen.

Haut abziehen und in einer Pfanne krossbraten. Dabei einen Topf auf die Haut stellen, damit der Chip sich nicht wölbt. Mit Salz bestreuen.

Für die Sauce: Orangen halbieren und auspressen. Chili kleinhacken. Flügel von oben im Mehl wenden und in einer Pfanne mit Öl scharf anbraten. Schalotten abziehen, würfeln und ebenfalls mit anbraten. 4 Knoblauchzehen zerdrücken, mit dazugeben und alles mit dem Saft von den Orangen ablöschen. Mit Salz, Pfeffer und Chili abschmecken.

Mit Gemüsefond auffüllen und einreduzieren lassen. Zum Schluss kalte Butter und gehackten Rosmarin dazu geben.

Für die Hasselback-Kartoffeln: Butter schmelzen. Kartoffeln waagrecht halbieren und zwischen 2 Stäbchen platzieren. Mit dem Messer die Kartoffeln fächerförmig schneiden (nicht durchschneiden). Mit Salz, Pfeffer, Olivenöl und viel Butter bepinseln. Rosmarin und Thymian über die Kartoffeln streuen. Im vorgeheizten Ofen ca. 25 Minuten garen.

Für den Blaukrautsalat: Preiselbeeren mit etwas Zucker und Rotwein anbraten und etwas Wasser dazugeben. Reduzieren lassen.

Blaukraut putzen, die äußeren Blätter entfernen und den Strunk herausschneiden. Kraut in feine Streifen schneiden oder hobeln, in eine Schüssel geben und mit dem Preiselbeersaft und 50 ml Orangensaft vermischen. Für das Dressing den Essig mit etwas Salz, Pfeffer, Zucker und dem Öl verrühren. Das Dressing gut mit dem Blaukraut vermischen.

Blaukrautsalat 10 Minuten ziehen lassen, nochmals mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Valentina Rendo am 21. September 2023