

Mole mit Hähnchen

Für 4 Personen

50 g Mandeln	1 Bio-Hähnchen (1,2 kg)	Salz, Pfeffer
ca.100 ml Sonnenblumenöl	4 Bio-Orangen	500 ml Geflügelbrühe
500 g Zwiebeln	6 Knoblauchzehen	10 kleine Chilischoten
2 TL Kümmel, gemahlen	4 TL Koriander, gemahlen	100 g dunkle Schokolade (70%)
1/2 TL Oregano, getrocknet	1/2 Bund frischer Koriander	

Die Mandeln in einer Pfanne ohne Fett rösten, anschließend fein mahlen.

Hähnchen mit Salz und Pfeffer würzen. In einem Topf 1 EL Öl erhitzen und das Hähnchen darin von allen Seiten anbraten und rundum bräunen.

In der Zwischenzeit die Orangen heiß abwaschen, abtrocknen und die Schale abreiben, anschließend den Saft auspressen. Dann Orangensaft und Brühe zum Hähnchen gießen und zum Kochen bringen. Anschließend die Hitze etwas reduzieren und ca. 40 Minuten köcheln lassen bis das Hähnchen zart und weich ist.

Zwiebeln schälen, halbieren und in feine Scheiben schneiden. In einem Topf 1 EL Öl erhitzen und die Zwiebeln darin andünsten, dann bei geringer Hitze ca. 15 Minuten goldbraun schmoren. In der Zwischenzeit Knoblauch schälen, in ein Püriergefäß geben, leicht salzen, mit Öl bedecken und zur Paste mixen.

Chilischoten halbieren der Länge nach aufschneiden, die Kerne austreichen. Chili ebenfalls in ein Püriergefäß geben, salzen und mit Öl bedecken und zur Paste mixen.

Gemahlene Mandeln, Kümmel, Koriander und 1 TL der Knoblauchpaste zu den Zwiebeln geben. Schokolade grob raspeln.

Das gekochte Hähnchen aus dem Topf nehmen und warm halten. Die Orangen-Hühnerbrühe in den Topf zu den geschmorten Zwiebeln gießen. Geriebene Orangenschale, Oregano und die Schokolade hinzugeben und etwas einkochen lassen. Dann alles mit dem Pürierstab mixen, durch ein Sieb streichen und die Sauce wieder zurück in den Topf geben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und warm halten.

Koriander abbrausen, trocken schütteln, die Blättchen abzupfen und grob schneiden.

Das Hähnchen in Stücke teilen, anrichten und mit der Sauce übergießen, mit Koriander bestreuen und servieren. Die Chilipaste wird extra gereicht, so kann jeder die Schärfe des Gerichts selbst bestimmen. Als Beilage passen sehr gut Polenta-Plätzchen oder ausgebackene Kochbananen Chips.

Martina Kömpel am 16. November 2016