

Maishähnchen mit Bandnudeln

Zutaten für Portionen

Für das Hähnchen:

4 Maishähnchen-Brust, -Flügelkeule	$\frac{1}{2}$ Bund Rosmarin	1 Schalotte
1 Knoblauchzehe	2 EL Olivenöl	1 Prise Salz
100 ml Weißwein	2 EL Butter	1 Bio-Limette

Für die Nudeln:

300 g Kirschtomaten	2 Schalotten	2 Knoblauchzehen
1 Bund gemischte Kräuter	2 TL Salz	400 g Bandnudeln
2 EL Olivenöl	1 Prise Salz	1 Prise Zucker
100 ml Weißwein	125 g fein geriebener Mozzarella	1 Prise Pfeffer

Den Backofen auf 120 °C Umluft vorheizen. Für das Fleisch die Hähnchen-Suprêmes unter fließendem kaltem Wasser waschen und mit Küchenpapier trocken tupfen. Den Rosmarin waschen und trocken schütteln. Schalotte und Knoblauch schälen und fein würfeln. In die Hähnchenbrüste von der Seite unterhalb der Haut jeweils eine Tasche in das Fleisch einschneiden und 1 Rosmarinzweig hineingeben.

Für die Nudeln die Kirschtomaten waschen und halbieren. Schalotten und Knoblauch schälen und fein würfeln. Die Kräuter waschen, die Blätter abzupfen und grob schneiden. In einem großen Topf reichlich Wasser mit 2 TL Salz zum Kochen bringen.

Für das Fleisch das Olivenöl in einer ofenfesten Pfanne erhitzen und die Hähnchenteile darin zunächst auf der Hautseite knusprig und goldbraun anbraten. Die Suprêmes wenden, Schalotten- und Knoblauchwürfel mit einigen Zweigen Rosmarin dazugeben und kurz anbraten. Mit dem Weißwein ablöschen, die Butter dazugeben und das Fleisch mit dem Sud aus der Pfanne übergießen. Das Fleisch im heißen Ofen etwa 10 Minuten fertig garen.

Währenddessen die Bandnudeln in kochendem Salzwasser nach Packungsanleitung bissfest garen. Das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, dann die Schalotten und Knoblauch darin anbraten. Die Tomatenhälften dazugeben, leicht salzen und in der Pfanne schwenken. Mit Zucker bestreuen, mit Weißwein ablöschen und die Tomaten bei mittlerer Hitze 23 Minuten schmelzen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die fertigen Nudeln abgießen, kurz abtropfen lassen und zu den geschmelzten Tomaten geben. Kräuter und Mozzarella einstreuen, alles gut durchschwenken. Das Maishähnchen aus dem Ofen nehmen und kurz ruhen lassen, dann in schöne Tranchen aufschneiden. Währenddessen die Limette heiß waschen und kräftig trocken reiben.

Zum Servieren die Tomatennudeln auf Teller verteilen, die Hähnchentranchen anlegen und etwas Limettenschale fein darüber reiben.

Frank Rosin am 19. März 2019