

Pulled Chicken mit gerösteten Sesam-Kartoffeln

Für 4 Personen:

Pulled chicken:

2 Knoblauchzehen	2 Tl Koriandersaat	2 Tl Szechuan-Pfeffer
4 El Öl	1 El Tandoori-Pulver	½ El Paprika-Pulver (rosenscharf)
5 Tl Meersalz	3 El Tomatenmark	200 ml Cider (oder Apfelsaft)
4 El Honig (flüssig)	4 Hähnchen-Keulen (250 g)	

Kartoffeln und Salat:

8 festk. Kartoffeln	Salz	10 El Olivenöl
1 El Sesamsaat (helle)	1 Granatapfel (250 g)	1 Frisée-Salat (400 g)
10 Stiele Petersilie (glatt)	3 El Aceto balsamico bianco	Pfeffer

Für die Pulled-Chicken-Soße:

Knoblauch andrücken und fein hacken. Koriander und Szechuan-Pfeffer im Mörser fein mahlen. 2 El Öl in einer Sauteuse erhitzen, Knoblauch darin glasig dünsten. Koriander-Pfeffer-Mischung, Tandoori-Pulver und Paprika-Pulver zugeben, 1 Minute mitdünsten. Meersalz und Tomatenmark zugeben, 1 weitere Minute mitdünsten. Mit Cider auffüllen, Honig zugeben, bei mittlerer Hitze unter gelegentlichem Rühren 5 Minuten kochen lassen und danach abkühlen lassen.

Wird Apfelsaft statt Cider verwendet, sollte weniger Honig genommen werden, damit die Soße nicht zu süß wird.

Hähnchen-Keulen:

Die Hähnchen-Keulen rundum mit je 1 El Pulled-Chicken-Soße einreiben und nebeneinander in einen Bräter legen. Im vorgeheizten Ofen bei 180°C auf der 2. Schiene von unten 90 min. offen garen.

Gegarte Hähnchen-Keulen aus dem Ofen nehmen und lauwarm abkühlen lassen. 100 ml Bratfond abmessen.

Für die Sesam-Kartoffeln:

Kartoffeln gut waschen, ungeschält in kochendem Salzwasser 25 Minuten garen. Abschütten und gut ausdämpfen lassen.

8 El Olivenöl mit Sesam und 1/2 Tl Salz verrühren. Kartoffeln mit einem Küchentuch auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech vorsichtig flach drücken. Kartoffeln mit je 1 El Sesam-Öl beträufeln. Im vorgeheizten Backofen bei 220°C auf mittlerer Schiene 25-30 Minuten goldbraun backen.

Für den Salat:

Granatapfel halbieren, Kerne herauslösen. Frisée putzen, waschen, trocken schleudern. Petersilien-Blätter abzupfen, mit Frisée in einer Schüssel mischen. Essig mit 3 El Wasser und restlichem Olivenöl verrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Anrichten:

Restliche Pulled-Chicken-Soße mit 100 ml Bratfond im Topf erwärmen.

Fleisch und Haut der Keulen in Stücke zupfen, kurz in der heißen Soße erwärmen. Salat gut mit dem Dressing mischen, anrichten und mit Granatapfel-Kernen bestreuen. Pulled Chicken mit Sesam-Kartoffeln auf einer vorgewärmten Platte anrichten und sofort servieren.

NN am 07. Juli 2022