

Hähnchentajine

Unsere virtuelle Sommerreise führt uns nach Marokko. Wir kochen ein klassisches Schmorgericht im Tontopf: Tajine. Unsere besteht aus Hähnchenschenkeln, einer bunten Gemüsemischung und vielen exotischen Gewürzen.



Portionen: 2

Vorbereitung: 2 h

Zubereitung: 70 min

Zeit gesamt: 3 h 10 min

Schwierigkeitsgrad: mittel

Zutaten für das marokkanische Fladenbrot:

- 125 g Mehl Type 550
- 125 g Semola + mehr zum Formen (ersatzweise Hartweizengrieß)
- 3 ½ g Trockenhefe (½ Tütchen)
- ¾ TL Salz
- 1 EL Olivenöl + mehr für die Schüssel

Zutaten für das Hähnchen:

- ½ TL Kurkuma
- ½ TL Chilipulver
- 1 TL gemahlener Kreuzkümmel

- ½ TL Paprika edelsüß
- ½ TL Korianderpulver
- ¼ TL Ingwerpulver
- 1 EL Weißweinessig
- 4 Vorderkeulen vom Hähnchen

Zutaten für die Tajine:

- 1 große Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 2 Kartoffeln
- 2 Möhren
- 2 Artischockenherzen [tiefgefroren]
- 100 g breite Bohnen
- 1 Tomate
- 1 Bund Koriander (alternativ glatte Petersilie)
- 5 EL Olivenöl, aufgeteilt
- ½ TL Kurkuma
- ½ TL Chilipulver
- 1 TL gemahlener Kreuzkümmel
- ½ TL Paprika edelsüß
- ½ TL Korianderpulver
- ¼ TL Ingwerpulver
- Salz und Pfeffer

Besondere Utensilien:

- Elektrisches Handrührgerät
- Küchenreibe
- Optional: Tajine

Zubereitung:

- **Für das marokkanische Fladenbrot** Mehl und Semola in eine Rührschüssel füllen und locker vermischen.
- Eine Mulde in die Mehlmischung drücken und 150 Gramm lauwarmes Wasser hineingießen.
- Die Trockenhefe über das Wasser sprengeln, mit einer dünnen Schicht Mehlmischung bestreuen und stehenlassen, bis die Hefe anfängt, Blasen zu schlagen, etwa 10 Minuten.
- Mit den Knethaken des Handrührgeräts kurz vermischen.
- Salz und Olivenöl hinzufügen und alles mit den Knethaken des Handrührgeräts fünf Minuten lang zu einem glatten, elastischen Teig verkneten.
- Teig aus der Schüssel nehmen und etwas Öl in der Schüssel verteilen.

- Teig zu einer straffen Kugel formen, im Öl wälzen und mit der Naht nach unten zurück in die Schüssel legen.
- Abgedeckt an einem warmen Ort eine Stunde gehen lassen.
- Ein Backblech mit Backpapier auslegen und den Backofen auf 200 °C vorheizen.
- Etwas Semola auf die Arbeitsfläche streuen.
- Den Teig darauf mit den Händen zu einem runden Fladen von etwa anderthalb Zentimeter Höhe formen.
- Auf das vorbereitete Backblech legen und abgedeckt nochmals 30 Minuten gehen lassen.
- Die Oberfläche des Fladenbrots gitterförmig einschneiden und mit Hilfe des Backpinsels mit etwas Wasser bestreichen.
- Im vorgeheizten Backofen auf mittlerer Schiene backen, bis das Fladenbrot goldbraun ist, etwa 20 Minuten.
- Aus dem Ofen nehmen und in ein sauberes Küchentuch gewickelt auf einem Kuchenrost abkühlen lassen.
- Während der Brotteig aufgeht **für das Hähnchen** alle Gewürze und den Essig vermischen.
- Hähnchenkeulen in eine Auflaufform legen, von beiden Seiten mit der Gewürzmischung einreiben und abgedeckt im Kühlschrank 30 bis 60 Minuten marinieren.
- In der Zwischenzeit **für die Tajine** die Zwiebel schälen und nicht zu fein würfeln. Knoblauchzehe schälen und fein hacken.
- Die Kartoffeln schälen und längs in jeweils sechs Spalten schneiden.
- Die Möhren schälen, dritteln und längs vierteln.
- Die Artischockenherzen ebenfalls vierteln.
- Bohnen waschen, Stiel- und Blütenansätze knapp abschneiden und schräg in drei Zentimeter breite Stücke schneiden.
- Die Tomate waschen, trocknen und auf der groben Seite einer Küchenreibe reiben, bis nur noch Schale und Stielansatz übrig sind; diese entsorgen.
- Koriander waschen, trockenschütteln, grobe Stiele entfernen und fein hacken.
- Den Backofen auf 200 °C vorheizen.
- Einen Esslöffel Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und Zwiebel und Knoblauch darin glasig dünsten.
- Auf dem Boden der Tajine verteilen. **Tipp:** Wer keine Tajine besitzt, kann einen gusseisernen Bräter oder einen Römertopf verwenden.
- Zwei weitere Esslöffel Olivenöl in der Pfanne erhitzen, die Hähnchenschenkel darin auf der Hautseite scharf anbraten.
- Mit Salz und Pfeffer würzen und kurz beiseite stellen.
- Vorbereitetes Gemüse mit Kurkuma, Chilipulver, Kreuzkümmel, Paprikapulver, Korianderpulver, Ingwerpulver, drei Vierteln des gehackten Korianders sowie dem restlichen Olivenöl gründlich mischen.
- Mit Salz und Pfeffer würzen und auf der Zwiebelmischung verteilen.
- 150 Milliliter Wasser angießen und die Hähnchenkeulen auf das Gemüse legen.

- Tajine verschließen und im vorgeheizten Backofen 70 Minuten schmoren lassen.
- Tajine aus dem Ofen nehmen, aufdecken, mit dem zurückbehaltenen Koriander bestreuen und mit Fladenbrot servieren – **mit allen Sinnen genießen!**