

Gefüllte Hähnchenschenkel in Altbiersoße

Rezept von Björn Freitag

Ein neues Heimathäppchen von Björn Freitag: Bratkartoffeln, knusprige Hähnchenschenkel geschmort in Altbiersoße und gefüllt mit einer Nuss-Pflaumen-Paste.



Die Zutaten sind zugeschnitten auf eine Mahlzeit für zwei Personen.

Zutaten:

- 2 Bio-Hähnchenschenkel
- 1 Scheibe Sellerie
- Öl zum Anbraten
- 1 Möhre
- ½ Stange Lauch
- Salz und Pfeffer
- 1 Apfel
- 300 ml Altbier
- 2 EL Rapsöl
- 1 TL Meersalz

Zutaten für die Füllung:

- 5-6 getrocknete Pflaumen
- 50 g Haselnüsse

- 2 EL Graubrot-Paniermehl (trockenes Graubrot fein reiben oder im Mixer zu Mehl verarbeiten)
- 1 Ei
- Salz und Pfeffer

Zutaten für die Bratkartoffeln:

- 300 g Kartoffeln (vorw. festkochend)
- 3 EL Rapsöl
- 1 Zwiebel
- Salz

Besondere Utensilien:

- Mixer oder Pürierstab
- backofenfeste Pfanne (Durchmesser ca. 18-20 cm)
- Filetirmesser
- Spießchen zum Feststecken

Zubereitung:

- Für die Füllung Pflaumen, Haselnüsse, Ei, Graubrotmehl, etwas Salz und Pfeffer im Mixer oder mit dem Pürierstab zu einer groben Paste verarbeiten.
- Für die Soße Selleriescheibe schälen und fein würfeln.
- Öl in einer backofenfesten Pfanne erhitzen und die Selleriewürfel darin anrösten.
- Lauch und Möhren waschen, in mundgerechte Scheiben schneiden, zum Sellerie geben und ebenfalls leicht braun werden lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen.
- Ofen auf 180 °C vorheizen.
- Derweil die Knochen aus den oberen Hähnchenschenkeln lösen (entbeinen).
- Dafür den Schenkel auf ein Schneidebrett legen – mit der Hautseite nach unten, sodass man den Knochen etwas freilegen kann.
- Mit einem scharfen Filetirmesser oben und unten sehr dicht an dem Knochen entlangschneiden. Der Schnitt muss tief genug sein, denn vom Knochen muss so viel wie möglich freigelegt werden.
- Dann den Knochen greifen und im 90 Grad-Winkel nach oben klappen, dabei im Gelenk hin und her rotieren, bis er sich löst. Eventuell mit einem Messer nachhelfen und den Knorpel einschneiden. Knochen ganz herausziehen und das Fleisch von allen knorpeligen Teilen befreien.
- Dorthin, wo eben noch die Knochen waren, wird nun die Füllung gegeben. Diese in das knochenfreie Fleisch samt Haut „einrollen“ und alles gut mit Spießchen fixieren.
- Gefüllte Hähnchenschenkel auf das angeröstete Gemüsebett legen, die Haut mit Rapsöl bestreichen und mit Meersalz bestreuen.

- Apfel waschen, vierteln, entkernen und grob kleinschneiden. Apfelwürfel um die Hähnchenkeulen verteilen.
- Altbier angießen und die Pfanne in den Ofen stellen. Alles bei 180 °C ca. 30 Minuten garen – je nach Größe des Schenkels evtl. etwas länger oder kürzer. Das Geflügelfleisch muss gut durchgegart und die Haut schön kross sein.
- Wasser in einem mittelgroßen Topf zum Kochen bringen und salzen.
- Kartoffeln schälen, in ca. 0,5 cm dicke Scheiben schneiden und diese zwei Minuten in dem Wasser kochen, dann mit der Schaumkelle herausnehmen und abtropfen lassen.
- Öl in einer Pfanne erhitzen und die blanchierten Kartoffelscheiben darin bei mittlerer Hitze ca. fünf bis acht Minuten von einer Seite braten, dann wenden.
- Zwiebel pellen, fein würfeln und über die Kartoffeln streuen.
- Mit Salz und Pfeffer würzen. Zum Schluss noch einmal wenden.
- Appetitlich auf dem Teller anrichten und servieren – **Mahlzeit!**

Wichtig: Gute Küchenhygiene!

- Das Hähnchenfleisch möglichst gekühlt transportieren und so schnell es geht zubereiten.
- Der Fleischsaft sollte nicht mit anderen Lebensmitteln in Berührung kommen. Hände, Brettchen...
- Alles was mit dem rohen Fleisch Kontakt hatten, gut mit Seife und warmen Wasser abwaschen.
- Geflügelfleisch sollte durchgegart werden. Nur dann ist sichergestellt, dass Salmonellen und viele andere Keime auch wirklich abgetötet sind.
- **Drucktest:** Ist das Fleisch noch weich und gibt nach, dann ist es noch nicht gar!