

Das November-Rezept 2013 der LandFrauen

vom LandFrauenVerein Südstormarn
www.landfrauen-suedstormarn.de

*aus dem Kochbuch „Das Heimatkochbuch Stormarn – Zwischen Alster und Trave“
des KreisLandFrauenVerbandes Stormarn e.V. Das Buch enthält neben vielen guten Rezepten
auch wunderschöne Bilder und Geschichten rund um Stormarn. Erwerben kann man es in allen
Buchläden und bei den Vorständen der Ortsvereine.*

Provenzalisches Schmorhuhn mit Oliven

Als Beilage zum Huhn können kleine Kartoffeln mit Schale mit in den Bräter gegeben werden oder man serviert dazu Knoblauchbaguette.



Zutaten für 4 Personen:

- 4 Hähnchenkeulen
- 2 Hähnchenbrüste
- je 1 rote und gelbe Paprikaschote
- 3 Zwiebeln
- 2 Knoblauchzehen
- 300 ml Weißwein
- 300 ml Gemüsebrühe
- 80 g schwarze Oliven (ohne Stein)
- 4 EL Tomatenmark
- 6 Salbeiblätter
- 4 Zweige Thymian
- 4 Zweige Majoran
- 1 Zweig Rosmarin
- Öl, Salz & Pfeffer

Zubereitung

Die Hähnchenkeulen und -brüste mit den Salbeiblättern würzen, indem man je 1 Salbeiblatt unter die Haut eines Fleischstückes schiebt. Danach das Fleisch mit etwas Öl einreiben, mit Salz und Pfeffer würzen und in einem Bräter anbraten.

Zwiebeln und Knoblauchzehen schälen, fein hacken und zum Fleisch geben. Kurz mitbraten. Die Paprikaschoten putzen, in Streifen schneiden und mit in den Bräter geben. Thymian, Majoran und Rosmarin waschen, trocken schütteln und ebenfalls zum Fleisch geben. Anschließend den Weißwein mit dem Tomatenmark verrühren und über das Fleisch gießen. Dann noch die Oliven darüber verteilen.

Zuletzt die Gemüsebrühe hinzufügen und bei 100 Grad etwa 1 ½ Stunden garen. Zum Schluss 5 Minuten unter dem Grill bräunen.

Guten Appetit!