

Hähnchen K'dra (Tagine) mit Rübchen und Kichererbsen

790

Typ: Fleisch

Quelle: Basan: Tagines, S. 63

Bemerkungen: Jan 21: Kleine Karotten genommen und eine Aubergine in groben Würfeln. Vorschlag: 1-2 Stangen Sellerie in kleinen Scheibchen könnten sich gut machen. Hähnchenteile zuerst anbraten und wieder aus der Tagine nehmen. Zusätzlich zu Knoblauch eine etwa gleiche Menge frischen Ingwers gehackt. Nach der Zwiebelphase Gewürzmischung angebraten.

Zutaten:

- 225 g Kichererbsen
- 1 kg Hähnchen-/Pouletoberkeulen, küchenfertig
- 1-2 EL Kurkumapulver
- 2-3 EL Olivenöl, 1 EL Butter
- 2 Zwiebeln, geschält und grob gehackt
- 4 Knoblauchzehen, geschält und fein gehackt
- 2-3 TL Koriandersamen
- 850 mL Wasser
- 450 g Speise- oder Mairübchen (Navette), geputzt, in mundgerechte Stücke geschnitten, alternativ 8 kleine Rübchen, geputzt und halbiert
- Meersalz und schwarzer Pfeffer, frisch gemahlen
- 1 EL Smen (Seite 14), Ghee oder Butterschmalz
- 1 Bund glattblättrige Petersilie, Blättchen grob gehackt

Rezept: Kichererbsen mindestens sechs Stunden, besser über Naacht, in Wasser einweichen, danach durch ein Sieb abgießen.

Hähnchenkeulen trocken tupfen, evtl. entbeinen und parieren. Geflügelteile vollständig mit Kurkuma einreiben und auf die Seite stellen.

Öl mit Butter in einer Tajine oder in einem Schmortopf mit dickem Boden erhitzen. Zwiebeln, Knoblauch und Koriander darin unter Rühren anschwitzen, bis sie Farbe annehmen.

Hähnchenteile darin leicht bräunen, dann Kicherebsen hinzufügen und Wasser zugeben. Aufkochen, Hitze reduzieren und einen Deckel auflegen. Etwas 5 min sanft köcheln bis das Hähnchenfleisch zart und die Kichererbsen weich sind. (Tagine 1 h in den Backofen bei 180 °C.)

Rübchen und bei Bedarf noch etwas Wasser dazugeben und für weitere 10-15 min garen, bis die Rübchen gekocht, aber noch immer leicht bissfest sind --das hängt ganz von der Sorte ab. (Tagine wieder für 30 min in den Backofen bei 180 °C.)

Mit Salz und Pfeffer abschmecken, nach Bedarf flüssigen Smen darüber gießen und mit Petersilie bestreuen. Mit knusprigem Brot servieren.