

Hühner-Tagine mit grünen Oliven, Salzitrone und Thymian

796

Typ: Fleisch

Quelle: Ghillie Başan: Tagines, S. 55

Bemerkungen: Salz-Zitronen und grüne Oliven sind zwei Hauptzutaten der traditionellen marokkanischen Küche. Die Tajine kann mit Hühnerkeulen oder auch mit einem ganzen Huhn gekocht werden. Als Beilage eignen sich gedämpfte Karotten mit frischer Minze.

Zutaten: 8-10 Hähnchen-/Pouletschenkel oder 4 ganze Keulen
1 EL Olivenöl und 1 EL Butter
2 Salz-Zitronen (Seite 13), Schale in Streifen geschnitten
175 g grüne Oliven ohne Kerne
1-2 TL getrockneter Thymian oder Oregano

MARINADE

1 Zwiebel, geschält und gerieben
3 Knoblauchzehen, geschält und zerdrückt
5 cm Ingwer, geschält und gerieben
½ Bund Koriander, Blätter fein gehackt
1 Prise Safranfäden
1 Zitrone, Saft, frisch gepresst
1 TL Meersalz
3-4 EL Olivenöl
Meersalz und schwarzer Pfeffer, frisch gemahlen

Rezept: In einer kleinen Schüssel alle Zutaten für die Marinade gut vermischen. Hähnchenschenkel oder -keulen abtupfen und in eine Schale legen. Mit der Marinade überziehen und in die Haut der Geflügelteile einreiben. Zugedeckt ein bis zwei Stunden im Kühlschrank ziehen lassen.

Olivenöl und Butter in einer Tajine oder einem Schmortopf mit dickem Boden erhitzen. Marinierte Fleischstücke darin anbraten. Restliche Marinade darüber gießen und mit Wasser auffüllen, bis das Fleisch halbhoch davon bedeckt ist. Aufkochen, Hitze reduzieren und zugedeckt 45 Minuten sanft köcheln. Hähnchenschenkel dabei gelegentlich wenden.

Zitronenstreifen, Oliven und die Hälfte des Thymians dazugeben. Zugedeckt weitere 15-20 Minuten garen. Abschmecken, eventuell nachwürzen und restlichen Thymian darüber streuen. Sofort aus der Form servieren. Wer mag, reicht dazu Karottengemüse mit frischer Minze.