

Hähnchenragout mit knuspriger Maiskruste

883

Typ: Fleisch

Quelle: Ottolenghi: Simple, S. 248

Bemerkungen: Ein wunderbares Essen für einen herbstlichen Tag, dazu passt ein knackiger grüner Salat. Das Hähnchenragout steckt voller intensiver Aromen und die glutenfreie herzhaftere Maiskruste ist eine willkommene (und leichtere) Abwechslung zu Kartoffelpüree.
Das Ragout lässt sich einige Zeit im Voraus zubereiten, es hält sich im Kühlschrank bis zu 3 Tage und lässt sich bis zu 1 Monat einfrieren. Allerdings muss es vollständig auftauen, bevor es in den Ofen wandert. Der Teig für die Kruste wird frisch zubereitet und erst unmittelbar vor dem Backen aufgetragen. Man kann das Ragout einige Stunden im Voraus überbacken und zum Servieren mit Alufolie bedeckt 10 Minuten wieder erwärmen. Ich liebe die Kombination aus Hähnchen und Mais, doch schmeckt das Ragout auch auf Reis, in einem Wrap oder mit einer Backkartoffel bestens.

Auf 24: Mais aus der Dose geht auch. Die Kruste darf im Ofen ruhig dunkelbraun werden; anderenfalls ist sie zu weich.

Zutaten

Für 6 Personen

RAGOUT

3 EL Olivenöl

3 rote Zwiebeln, in feine Ringe geschnitten (500 g)

2 Knoblauchzehen, zerdrückt

4 EL Rosen-Harissa (je nach Marke bis zu 50% mehr oder weniger; 60 g)

2 TL mildes geräuchertes Paprikapulver

9-10 Hähnchenoberschenkel, ausgelöst und ohne Haut (850g)

200 mL passierte Tomaten

5 große Tomaten, geviertelt (400 g)

200 g gegrillte rote Paprikaschoten aus dem Glas, abgetropft und in 2 cm dicke Ringe geschnitten

15 g Bitterschokolade (70 % Kakaoanteil)

20 g Koriandergrün, grob gehackt

Salz und schwarzer Pfeffer

MAISKRUSTE

70g Butter, zerlassen

500 g Maiskörner, frisch oder TK und aufgetaut (bei frischem Mais die Körner von 4 großen Maiskolben)

3 EL Milch

3 Eier, getrennt

Rezept:

1. Das Öl in einer großen Pfanne (zu der es einen passenden Deckel gibt) bei mittlerer bis hoher Temperatur erhitzen und die Zwiebeln darin 8-9 Minuten anbraten, bis sie leicht gebräunt und weich sind. Ab und zu umrühren. Die Hitze ein wenig reduzieren, Knoblauch, Harissa, Paprikapulver, das Hähnchenfleisch sowie 1 TL Salz und 1 kräftige Prise frisch gemahlener schwarzer Pfeffer zugeben und alles unter häufigem Rühren weitere 5 Minuten bräunen. Die passierten und frischen Tomaten sowie 350 mL Wasser zugeben. Alles zum Kochen bringen und bei mittlerer Hitze zugedeckt 30 Minuten schmoren. Hin und wieder umrühren.

2. Die Paprikaschoten und die Schokolade unterrühren und das Ragout unbedeckt weitere 35-40 Minuten köcheln lassen und regelmäßig umrühren, bis die Sauce allmählich eindickt

und das Fleisch förmlich zerfällt. Vom Herd nehmen und das Koriandergrün unterziehen. Als Ragout ohne Kruste ist das Hähnchen jetzt servierfertig (zum Einfrieren vollständig abkühlen lassen). Soll es mit Kruste serviert werden, das Hähnchen in eine ofenfeste Form (etwa 20x30 cm) füllen und vorerst beiseitestellen.

3. Den Backofen auf 180 °C (Umluft) vorheizen.

4. Die zerlassene Butter in den Mixer gießen, Mais, Milch, Eigelbe und $\frac{3}{4}$ TL Salz zugeben und den Mais einige Sekunden grob pürieren. In eine große Schüssel umfüllen. Die Eiweiße in einer sauberen Schüssel steif schlagen. Den Eischnee behutsam unter die Maismasse ziehen. Die Masse gleichmäßig auf dem Hähnchenragout verteilen.

5. Das Ragout im Ofen 35 Minuten überbacken, bis die Kruste goldbraun ist — nach 25 Minuten kontrollieren; falls sie zu schnell dunkel wird, für die letzten 10 Minuten mit Alufolie zudecken. Das Ragout aus dem Ofen nehmen und vor dem Servieren 10 Minuten ruhen lassen.