



LANDGEFLÜGELKÜCHE

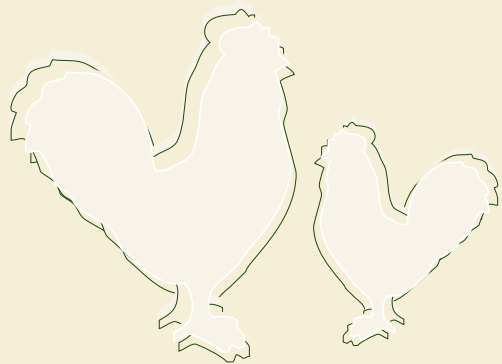


Landgeflügel

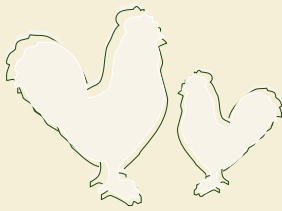


BUTTERMILCH-HÄHNCHENBRUST

mit Koriander-Pfeffer-Rub, Fenchelsalat und rotem Pesto



Landgeflügel



BUTTERMILCH- HÄHNCHENBRUST

mit Koriander-Pfeffer-Rub,
Fenchelsalat und rotem Pesto

Zutaten für 4 Personen:

4	Hähnchenbrustfilets
2	Schalotten
4	Knoblauchzehen
1 EL	Fenchelsamen
500 ml	Buttermilch
2	Fenchelknollen mit Fenchelgrün
1	Gurke
8 EL	Olivenöl
2 EL	Apfelessig
1 TL	Zucker
	Salz und Pfeffer aus der Mühle
40 g	getrocknete Tomaten
40 g	Pinienkerne
50 g	geriebenen Parmesan
2 EL	Koriandersamen
1 TL	Ras el Hanout
1 EL	Pfefferkörner (z.B. bunt, schwarz)
4 EL	Sonnenblumenöl



Zubereitung:

Schalotten und 2 Knoblauchzehen schälen und fein schneiden. Fenchelsamen in einem Mörser fein zermahlen. Alles zusammen mit Knoblauch, Schalotten und Buttermilch in einen Gefrierbeutel geben, gut miteinander vermischen und quer halbierte Hähnchenbrüste dazugeben. Am besten über Nacht im Kühlschrank marinieren.

Fenchelknolle und Gurke fein hobeln, mit 3 EL Olivenöl, Apfelessig und Zucker mischen, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Fenchelgrün fein hacken, untermischen und alles durchziehen lassen.

Getrocknete Tomaten, Pinienkerne und 5 EL Olivenöl zu einem feinen Pesto mixen.

Parmesan unterrühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für den Rub, Koriandersamen, Ras el Hanout und Tasmanischen Pfeffer in einem Mörser grob zerstoßen. Hähnchenbrüste aus der Marinade nehmen, trocken tupfen, im Rub wenden, dünn mit Sonnenblumenöl bepinseln und bei direkter Hitze von beiden Seiten 3 bis 4 Minuten Grillen oder Braten.

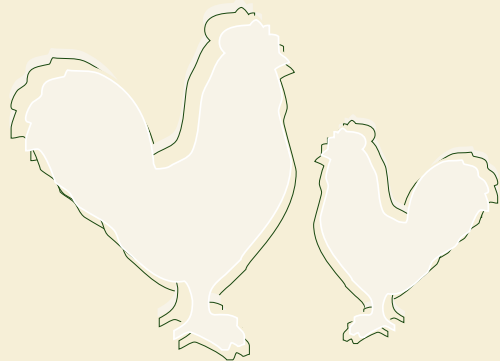
Die Buttermilch-Hähnchenbrust mit Koriander-Pfeffer-Rub Steaks zusammen mit dem Pesto und dem Fenchelsalat anrichten und servieren.

Weitere leckere Rezepte unter
www.deutsches-gefluegel.de

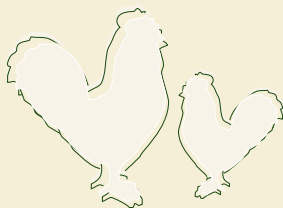
www.landgefluegel.de



DRUMSTICKS MIT BROMBEERLACK
und geschmorten Zwiebeln



Landgeflügel



DRUMSTICKS MIT BROMBEERLACK

und geschmorten Zwiebeln

Zutaten für 4 Personen:

16	Drumsticks (Hähnchenunterkeulen)
2	Knoblauchzehen
1	Chili
200 ml	Brombeergelee
100 g	frische Brombeeren
	Salz und Pfeffer aus der Mühle
5	mittelgroße Zwiebeln
4-5	Zweige Thymian
1 EL	Zucker
4 EL	Oliveöl
3 EL	Balsamicoessig



Zubereitung:

Knoblauch schälen und fein hacken. Chili halbieren, entkernen und ebenfalls fein hacken. Beides mit dem Brombeergelee und den frischen Brombeeren in einem Topf aufkochen, 2 bis 3 Minuten köcheln und auskühlen lassen.

Drumsticks mit Salz und Pfeffer würzen. Auf dem vorbereiteten Grill rundum anrösten, dann bei indirekter Hitze bei mehrmaligem Wenden in etwa 30 Minuten knusprig grillen. In den letzten Minuten der Garzeit mit dem Brombeerlack mehrmals rundum bestreichen und leicht karamellisieren lassen.

In der Zwischenzeit die Zwiebeln schälen und in dicke Scheiben schneiden. Vom Thymian die Blättchen abzupfen, mit Öl und Zucker verrühren. Die Zwiebeln damit beträufeln und auf dem heißen Grill oder einer heißen Pfanne unter vorsichtigem Wenden rösten.

Zwiebeln mit Balsamicoessig beträufeln und mit den Drumsticks und dem übrig gebliebenen Brombeerlack anrichten und servieren.

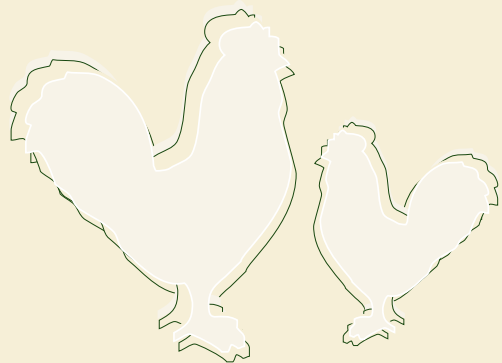
*Weitere leckere Rezepte unter
www.deutsches-gefluegel.de*

www.landgefluegel.de

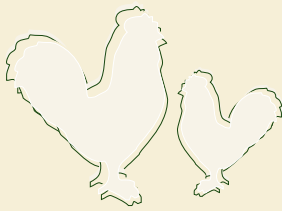


GEBRATENE HÄHNCHENBRUST

auf Kürbiscreme und Ofengemüse



Landgeflügel



GEBRATENE HÄHNCHENBRUST

auf Kürbiscrème und Ofengemüse

Zutaten für 4 Personen:

4	Hähnchenbrustfilets
1	Hokkaido Kürbis (1 kg)
4	Petersilienwurzeln
250 g	dunkle Trauben
1	Radicchio
3 EL	Olivenöl
	Salz und Pfeffer
3	Zweige Thymian
300 g	mehlig kochende Kartoffeln
150 ml	Milch
20 g	Butter
100 ml	Sahne
	Frisch geriebene Muskatnuss
	Abrieb einer Zitrone
2 EL	Butterschmalz



Zubereitung:

Kürbis waschen, entkernen und die eine Hälfte in Spalten, die andere Hälfte in grobe Stücke schneiden. Petersilienwurzel schälen und der Länge nach vierteln. Trauben waschen, Radicchio in Stücke schneiden.

Kürbisspalten, Petersilienwurzel, Trauben und Öl mischen, mit Salz und Pfeffer würzen, mit Thymian belegen und bei 180 °C im Ofen etwa 35 Minuten backen.

Kartoffeln schälen, in grobe Stücke schneiden, in Salzwasser garen und pürieren. Den gewürfelten Kürbis in Milch circa 15 bis 20 Minuten weich garen und ebenfalls pürieren.

Kartoffel- und Kürbispüree vermischen und die Butter unterrühren. 50 ml Sahne aufkochen, mit Salz, frisch geriebener Muskatnuss und Zitronenabrieb würzen, unter das Püree rühren.

50 g Sahne halb steif schlagen und kurz vor dem Servieren unterheben.

Hähnchenbrüste in Butterschmalz bei mittlerer Hitze circa 5 Minuten von beiden Seiten anbraten. Aus der Pfanne heben, oben auf das Gemüse im Backofen setzen und etwa 10 Minuten mit garen.

Die Kürbiscrème auf Tellern verteilen, das Ofengemüse mittig darauf anrichten, die Hähnchenbrust darauf setzen und genießen.

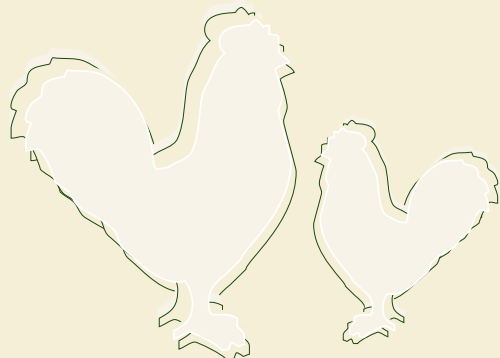
Weitere leckere Rezepte unter
www.deutsches-gefluegel.de

www.landgefluegel.de

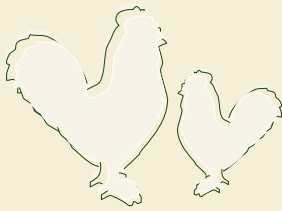


GEBRATENE HÄHNCHENKEULE

mit Kürbisgnocchi, Pistazien und Salbei



Landgeflügel



GEBRATENE HÄHNCHENKEULE

mit Kürbisgnocchi, Pistazien und Salbei

Zutaten für 4 Personen:

4	Hähnchenschenkel
2	EL Pflanzenöl
1/2	EL Paprikapulver
1 TL	Currypulver
	Salz und Pfeffer
1	rote Zwiebel
1	Knoblauchzehe
250 g	Hokkaido Kürbis
2 EL	Oliveneröl
200 ml	Geflügelbrühe
250 g	Gnocchi
2	Stängel Salbei
	Pistazienkerne



Zubereitung:

Hähnchenkeulen in einen Bräter legen. Pflanzenöl mit Paprikapulver und 1/2 TL Currypulver vermischen, Hähnchenkeulen mit dem Gewürzöl bestreichen, mit Salz und Pfeffer würzen und bei 180 °C etwa 45 Minuten im Ofen garen. Dabei mehrmals mit dem entstehenden Bratensaft begießen.

Zwiebel schälen und in Streifen schneiden. Knoblauch schälen und fein hacken. Kürbis waschen, halbieren, entkernen und in kleine Würfel schneiden. Zwiebeln und Knoblauch in Olivenöl etwa 2 Minuten anschwitzen, Kürbiswürfel und restliches Currypulver dazugeben und weitere 2 Minuten mitbraten lassen. Mit Brühe auffüllen und in etwa 5 Minuten gar kochen. Gnocchis dazugeben und etwa weitere 4 bis 5 Minuten in dem Sud erwärmen.

Hähnchenkeulen und Gnocchis anrichten, mit Salbei und gehackten Pistazien garnieren und genießen.

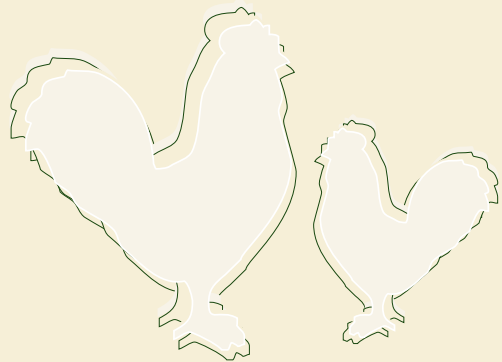
Weitere leckere Rezepte unter
www.deutsches-gefluegel.de

www.landgefluegel.de

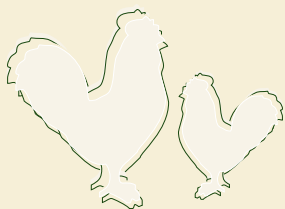


HÄHNCHEN-BIERGULASCH

mit Bandnudeln



Landgeflügel



HÄHNCHEN-BIERGULASCH

mit Bandnudeln

Zutaten für 4 Personen:

600 g	Hähnchenoberschenkelfleisch
2	große Zwiebeln
2	Knoblauchzehen
2	Petersilienwurzeln
2	Möhren
2	Stangen Staudensellerie
2 EL	Butterschmalz
2 EL	Tomatenmark
2 EL	edelsüßes Paprikapulver
200 ml	Dunkles Bier
600 ml	Geflügelbrühe
	Salz und Pfeffer aus der Mühle
2 TL	Kümmelsamen (zerstoßen)
1 TL	getrockneten Thymian
250 g	Bandnudeln
50 g	Butter
1/4	Bund glatte Petersilie



Zubereitung:

Zwiebeln und Knoblauch schälen und würfeln. Petersilienwurzeln und Möhren schälen und in Scheiben schneiden. Staudensellerie waschen und in Scheiben schneiden.

Hähnchenkeulenfleisch klein schneiden und in Butterschmalz etwa 5 Minuten anrösten. Tomatenmark, Zwiebeln, Knoblauch und Gemüse zum Hähnchenfleisch geben und weitere 5 Minuten mitbraten. Paprikapulver über das Fleisch geben, mit Bier ablöschen, Brühe angießen, mit Salz, Pfeffer, Kümmel und Thymian würzen, kurz aufkochen und zugedeckt bei kleiner Hitze etwa 1 Stunde köcheln lassen.

Bandnudeln nach Packungsangabe zubereiten, abschütten und mit der Butter vermischen.

Hähnchen-Biergulasch mit den Nudeln anrichten, mit gehackter Petersilie bestreuen und genießen.

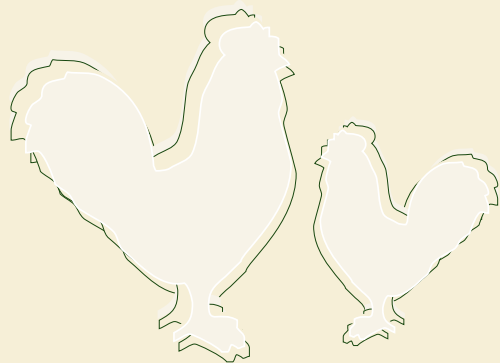
Weitere leckere Rezepte unter
www.deutsches-gefluegel.de

www.landgefluegel.de

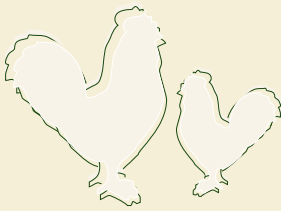


HÄHNCHEN-MAKKARONI

mit Champignons, Rucola und Parmesan



Landgeflügel



HÄHNCHEN-MAKKARONI

mit Champignons, Rucola und Parmesan

Zutaten für 4 Personen:

8 Stück	Hähnchenoberschenkelfleisch
1	Zwiebel
1	Knoblauchzehe
200 g	kleine Champignons
2	Strauchtomaten
400 g	Makkaroni
	Salz
1 EL	Olivener Öl
200 ml	Sahne
150 ml	Geflügelbrühe
1 Bund	junger Rucola
	Pfeffer aus der Mühle
50 g	Parmesan (grob)



Zubereitung:

Zwiebel und Knoblauch in feine Würfel schneiden, Champignons halbieren. Strauchtomaten vierteln, vom Fruchtfleisch befreien und in Würfel schneiden.

Hähnchenfleisch in mundgerechte Stücke schneiden. Nudeln bissfest garen.

Zwiebel und Knoblauch 2 bis 3 Minuten in 1 EL Olivenöl andünsten. Champignons und Hähnchenfleisch dazugeben und 3 bis 4 Minuten anbraten bis das Fleisch goldbraun ist. Sahne und Brühe hinzufügen und etwa 5 Minuten einkochen lassen.

Rucola und Tomatenwürfeln unter die Hähnchen-Makkaroni-Mischung heben, mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit Parmesan bestreut servieren.

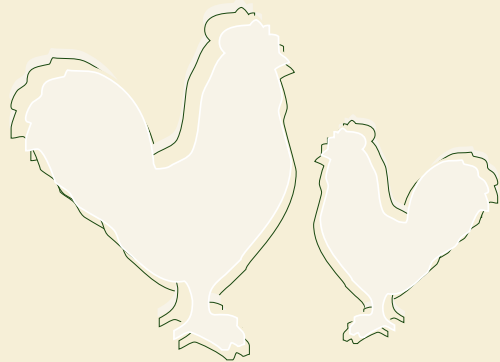
Weitere leckere Rezepte unter
www.deutsches-gefluegel.de

www.landgefuegel.de

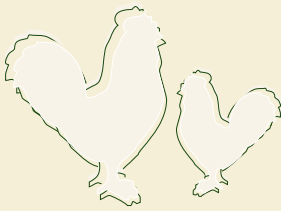


HÄHNCHENBRUST MIT SOBA NUDEL-SALAT

in Limette-Ingwer-Soja-Dressing



Landgeflügel



HÄHNCHENBRUST MIT SOBA NUDEL-SALAT

in Limette-Ingwer-Soja-Dressing

Zutaten für 4 Personen:

4	Hähnchenbrustfilets
2 EL	Sonnenblumenöl
30 g	eingelegten Ingwer
2 EL	Reiswein
3 EL	Limettensaft
4 EL	Sojasauce
3 EL	Sesamöl
250 g	Soba Nudeln oder dünne Spaghetti
2	Möhren
200 g	kleine Shiitake oder andere Pilze
150 g	Zuckerschoten
100 ml	Geflügelbrühe Salz und Pfeffer
1 EL	weißer Sesam
1 EL	schwarzer Sesam
1 Kästchen	Lila Kresse



Zubereitung:

Das Hähnchenfleisch in 1 EL Sonnenblumenöl von allen Seiten scharf anbraten und im Backofen bei 80 °C etwa 35 Minuten zu Ende garen.

Den eingelekten Ingwer abtropfen lassen, fein hacken und mit Reiswein, Limettensaft, Sojasauce und Sesamöl vermischen. Die Soba Nudeln bissfest garen und noch heiß mit der Marinade vermengen.

Die Möhren in dünne Scheiben schneiden, Shiitake und Zuckerschoten halbieren. Shiitake-Pilze und Möhren in 1 EL Sonnenblumenöl etwa 2 Minuten anbraten. Zuckerschoten und Brühe dazugeben, etwa 1 Minute kochen lassen, zu den Nudeln geben und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

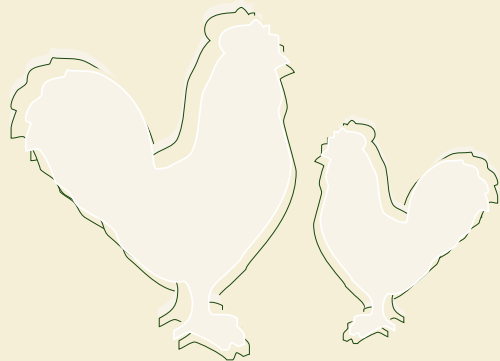
Weitere leckere Rezepte unter
www.deutsches-gefluegel.de

www.landgefuegel.de

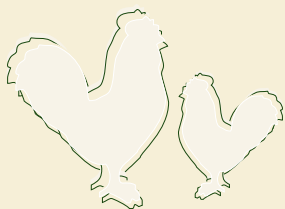


HÄHNCHENGESCHNETZELTES „CURRY STYLE“

mit Kichererbsen, Rosinen und Koriander



Landgeflügel



HÄHNCHENGESCHNETZELTES „CURRY STYLE“

mit Kichererbsen, Rosinen und Koriander

Zutaten für 4 Personen:

600 g	Hähnchenbrust
20 g	Speisestärke
20 g	Sonnenblumenöl
250 g	Basmati Reis
	Salz
1	Zwiebel
2	Knoblauchzehen
250 g	Kaiserschoten
100 g	Rosinen
250 g	Kichererbsen aus der Dose
	Getrockneten Chili nach belieben
1 EL	Curry Pulver
100 ml	Geflügelfond
150 g	Crème fraîche
	Pfeffer aus der Mühle
2 Stangen	Lila Frühlingslauch (ersatzweise Frühlingslauch)
1/2 Bund	Koriander



Zubereitung:

Die Hähnchenbrust in Streifen schneiden, gleichmäßig mit der Speisestärke bestäuben, in dem Öl von allen Seiten scharf anbraten und zur Seite stellen.

Den Reis nach Packungsangabe garen und warm halten.

Zwiebel und Knoblauch schälen, beides in feine Würfel schneiden. Kaiserschoten putzen und quer halbieren. Die Rosinen in warmem Wasser kurz einweichen. Die Kichererbsen unter fließendem kaltem Wasser abspülen.

Zwiebeln und Knoblauch in dem restlichen Bratfett kurz anschwitzen. Getrockneten Chili und Curry Pulver dazugeben und ebenfalls 2 Minuten anschwitzen. Kaiserschoten, Rosinen und Kichererbsen dazugeben und bei mittlerer Hitze 2-3 Minuten braten. Mit Geflügelfond und Crème fraîche auffüllen und das Ganze 3-5 Minuten kochen lassen, dann das Hähnchenfleisch wieder dazugeben, nochmals aufkochen und mit Salz und Pfeffer würzen.

Den Frühlingslauch putzen und waschen, dann schräg in dünne Scheiben schneiden.

Koriander waschen, trocken schütteln, die Blätter von den Stielen zupfen. Beides unter das Hähnchengeschnetzelte geben und zusammen mit dem Reis auf Tellern anrichten und genießen.

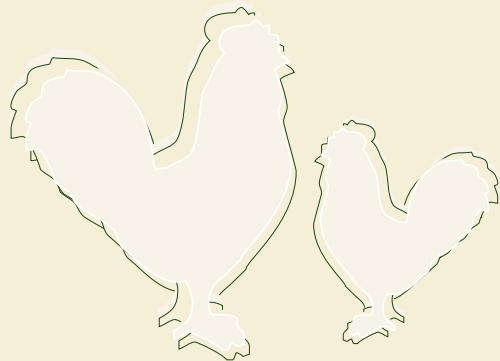
Weitere leckere Rezepte unter
www.deutsches-gefluegel.de

www.landgefluegel.de

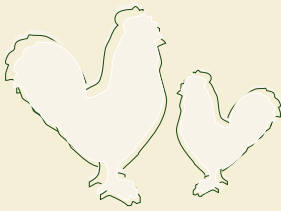


HÄHNCHENGESCHNETZELTES „ORIENT STYLE“

mit Datteln, Kokos und Granatapfel



Landgeflügel



HÄHNCHENGESCHNETZELTES „ORIENT STYLE“

mit Datteln, Kokos und Granatapfel

Zutaten für 4 Personen:

600 g	Hähnchenbrust
20 g	Speisestärke
20 g	Sonnenblumenöl
100 g	Pinienerkerne
2	kleine Zwiebeln
2	Knoblauchzehen
2 Bund	Frühlingslauch
15	Soft Datteln
1 EL	5 Spice Gewürzpulver
100 ml	Geflügelfond
200 ml	Kokosmilch
	Salz und Pfeffer aus der Mühle
1/2 Bund	Petersilie
100 g	Granatapfelkerne



Zubereitung:

Die Hähnchenbrust in dünne Scheiben schneiden, gleichmäßig mit der Speisestärke bestäuben, in dem Sonnenblumenöl von allen Seiten scharf anbraten und zur Seite stellen.

Die Pinienerkerne in einer Pfanne ohne Fett rösten.

Zwiebel und Knoblauch schälen, Zwiebeln in Streifen schneiden und den Knoblauch in feine Würfel. Frühlingslauch putzen und in etwa 2 cm große Stücke schneiden. Die Datteln quer halbieren.

Zwiebeln und Knoblauch in dem restlichen Bratfett kurz anschwitzen. 5 Spice Gewürzpulver dazugeben und ebenfalls 2 Minuten anschwitzen. Frühlingslauch, Datteln und Pinienerkerne dazugeben und bei mittlerer Hitze 2-3 Minuten braten. Mit Geflügelfond und Kokosmilch auffüllen und das Ganze 3-5 Minuten kochen lassen, dann das Hähnchenfleisch wieder dazugeben, nochmals aufkochen, mit Salz und Pfeffer würzen.

Petersilie waschen, trocken schütteln, die Blätter von den Stielen zupfen und grob hacken.

Petersilie unter das Geschnetzelte geben, auf Tellern anrichten. Mit Granatapfelkernen bestreut servieren. Dazu passen knusprige Papadams (knusprig frittierte Fladen aus Linsenmehl).

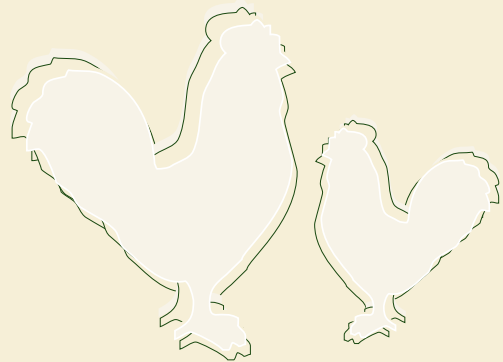
Weitere leckere Rezepte unter
www.deutsches-gefluegel.de

www.landgefluegel.de

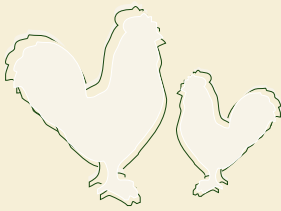


HÄHNCHENOBBERKEULE MIT AVOCADO

und Limetten-Pinienkernpesto



Landgeflügel



HÄHNCHENOVERKEULE MIT AVOCADO

und Limetten-Pinienkernpesto

Zutaten für 4 Personen:

8	Hähnchenoberkeulen mit Haut
2 EL	Sonnenblumenöl
1 TL	edelsüßes Paprika
1/2 TL	Rosenpaprika
1 TL	Curry
100 g	Pinienkerne
3	Limetten
1 EL	Agavendicksaft
6 EL	Olivenöl
	Salz und Pfeffer aus der Mühle
2	Avocados
	Chiliflocken nach Belieben



Zubereitung:

Öl, beide Paprikapulver und Curry miteinander verrühren. Hähnchenoberkeulen mit der Marinade bestreichen, mit Salz und Pfeffer würzen, auf dem Grill bei indirekter Hitze mit geschlossenem Deckel etwa 25-30 Minuten garen, dabei öfters wenden oder 35-45 Minuten bei 180°C Umluft im Ofen garen.

Die Pinienkerne ohne Öl rösten, auskühlen lassen. 1 Limette halbieren, von einer Hälfte die Schale fein abreiben und den Saft herauspressen. Alles zusammen mit dem Agavendicksaft und dem Olivenöl zu einem Pesto mixen.

Avocados halbieren, den Stein entfernen, mit dem restlichen Limettensaft beträufeln, auf dem Grill oder in der Grillpfanne von beiden Seiten anrösten und mit Chiliflocken würzen.

Gegrillte Hähnchenoberkeulen mit dem Limetten-Pinienkern-Pesto und den gegrillten Avocados servieren.

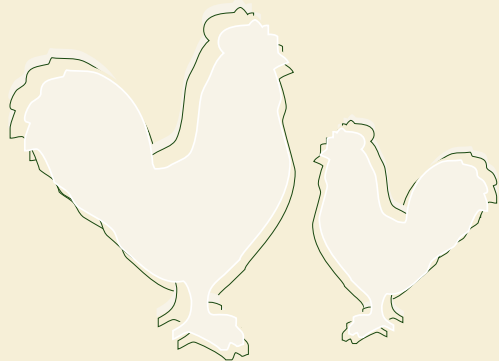
*Weitere leckere Rezepte unter
www.deutsches-gefluegel.de*

www.landgefuegel.de

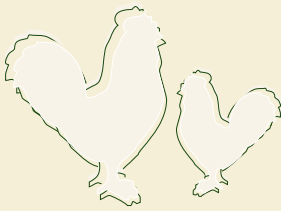


HÄHNCHENSALAT „BAYERISCHE ART“

mit roten Zwiebeln, Radieschen, Gurke und Schnittlauch



Landgeflügel



HÄHNCHENSALAT „BAYERISCHE ART“

mit roten Zwiebeln, Radieschen,
Gurke und Schnittlauch

Zutaten für 4 Personen:

- 4 Hähnchenbrustfilets
- Salz
- 1 rote Zwiebel
- 1 gelbe Paprika
- 1 rote Paprika
- 1 Gurke
- 2 Bund Radieschen
- 1 Bund Schnittlauch
- 2 EL Sonnenblumenöl
- 2 EL Weißweinessig
- 1 TL Honig
- Pfeffer aus der Mühle



Zubereitung:

Die Hähnchenbrüste in einem Topf mit kaltem Wasser bedecken, mit 1 TL Salz würzen, langsam zum Kochen bringen, etwa 20 Minuten leicht köcheln lassen, herausnehmen und auskühlen lassen.

Die rote Zwiebel schälen, halbieren und in feine Streifen schneiden. Paprikas, Gurke und Radieschen waschen und in feine Scheiben schneiden. Schnittlauch in feine Röllchen schneiden. Alles in eine Schüssel geben.

Für das Dressing das Sonnenblumenöl mit Essig und Honig verrühren. Das abgekühlte Fleisch in Stücke zupfen und zusammen mit dem Gemüse locker vermischen, dann mit Salz und Pfeffer würzen.

Das Ganze etwa 5 Minuten durchziehen lassen und den Hähnchensalat angerichtet servieren.

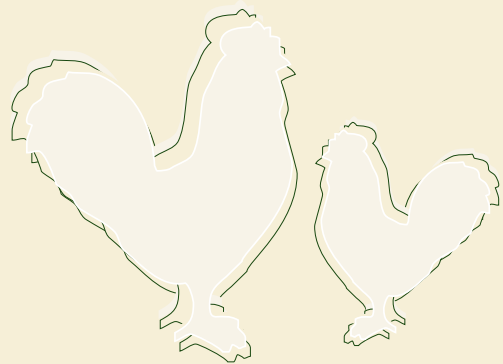
Weitere leckere Rezepte unter
www.deutsches-gefluegel.de

www.landgefuegel.de

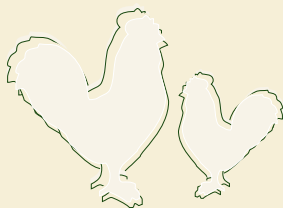


MIT HÄHNCHENBRUST GEFÜLLTE AUBERGINE

mit Paprika und Feta



Landgeflügel



MIT HÄHNCHENBRUST GEFÜLLTE AUBERGINE

mit Paprika und Feta

Zutaten für 4 Personen:

500 g	Hähnchenbrustfilets oder Hähnchen-Hackfleisch
3	Auberginen Salz
200 g	Langkornreis
2	rote Paprika
1	Zwiebel
3	Knoblauchzehen
3 EL	Olivöl
4 Stiele	glatte Petersilie
4 Stiele	Thymian
300 ml	Geflügelbrühe
3 EL	Ajvar
100 g	Schafskäse



Zubereitung:

Auberginen waschen, längs halbieren, entkernen, auf ein Backblech legen, mit Salz bestreuen und etwa 20 Minuten ziehen lassen. Reis nach Packungsanweisung zubereiten. Paprikaschote waschen, halbieren, entkernen und fein würfeln. Zwiebel und Knoblauch schälen und fein würfeln.

Hähnchenbrust in etwa 1,5 cm große Würfel schneiden, in Olivenöl etwa 3 Minuten scharf anbraten. Paprika, Zwiebel und Knoblauch zufügen und circa 3 Minuten weiter braten. Reis, gehackte Petersilie und Thymian zu dem Hähnchenfleisch geben.

Auberginenhälften mit Küchenpapier abtupfen, danach mit der Hähnchen-Reismischung füllen. Brühe und Ajvar verrühren, über die Auberginen gießen, Schafskäse grob über die gefüllten Auberginen bröseln und im Backofen bei 180 °C etwa 30 Minuten backen.

Die mit Hähnchenbrust gefüllten Auberginen servieren und genießen.

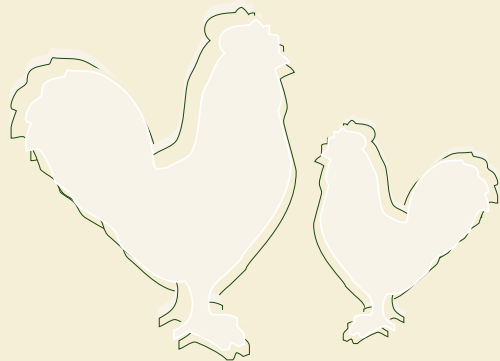
Weitere leckere Rezepte unter
www.deutsches-gefluegel.de

www.landgefluegel.de

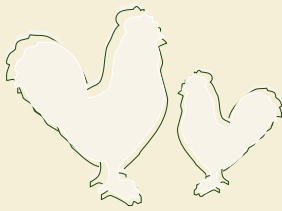


HÄHNCHENBRUST UND OBATZDA

auf Brot



Landgeflügel



HÄHNCHENBRUST UND OBATZDA

auf Brot

Zutaten für 4 Personen:

4	Hähnchenbrustfilets
2 TL	Koriandersaat
1 TL	grobes Meersalz
1/2 TL	Zimt
2 EL	Sonnenblumenöl
1 EL	Butterschmalz
200 g	Schafskäse
2 EL	Olivener Öl
100 g	Frischkäse Doppelrahmstufe
1 EL	rosenscharfes Paprikapulver
1 EL	edelsüßes Paprikapulver
	Salz und Pfeffer aus der Mühle
4 Scheiben	Graubrot
1 Kästchen	Kresse
4-6	Radieschen



Zubereitung:

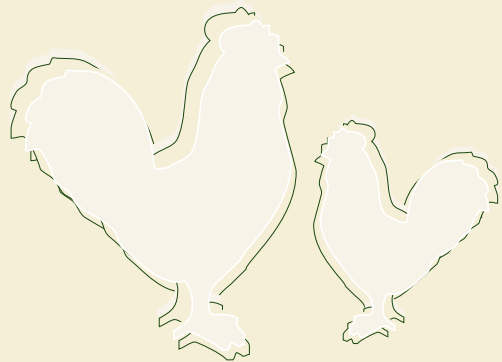
Koriandersaat und Meersalz im Mörser zerstoßen und mit Zimt und Sonnenblumenöl verrühren. Hähnchenbrüste mit der Marinade bestreichen, in Butterschmalz von allen Seiten etwa 3 bis 4 Minuten scharf anbraten und im Ofen bei 120 °C etwa 25 Minuten zu Ende garen.

Für den Obatzda den Schafskäse krümelig reiben, mit Olivenöl, Frischkäse, beiden Paprikapulver-Sorten verrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

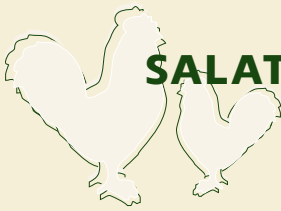
Brot mit Obatzda bestreichen, Hähnchenbrust in dünne Scheiben schneiden und darauf legen, mit Kresse und Radieschenscheiben garnieren und genießen.



SALAT MIT HÄHNCHENLEBER
und Feigen



Landgeflügel



SALAT MIT HÄHNCHENLEBER

und Feigen

Zutaten für 4 Personen als Vorspeise
oder 2 Personen als Hauptspeise:

- 1 EL Butter
- 1 rote Zwiebel, in feine Streifen geschnitten
- 1 Zweig frischer Thymian (oder ½ TL getrocknet)
- 200 g Hähnchenleber
Salz und Pfeffer
- 4 EL Rotwein- oder Balsamicoessig
- 100 g gemischte Salatblätter (4 handvoll)
- 4 geviertelte Feigen (oder 8 halbierte Pflaumen)
- 1/2 TL Zucker
- etwas Olivenöl



Zubereitung:

Butter in einer großen Pfanne zerlassen. Zwiebeln und Thymian bei mittlerer Hitze braten, bis die Zwiebeln glasig sind.

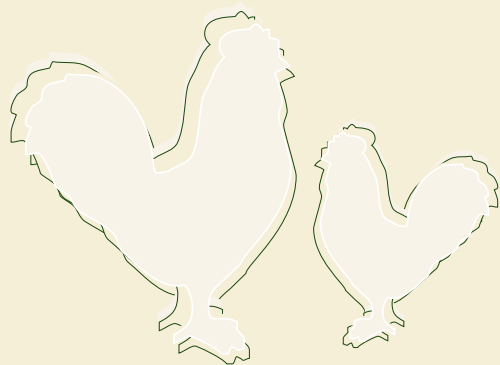
Die Leber salzen und pfeffern und bei hoher Temperatur von beiden Seiten 2-3 Minuten stark anbraten. Die Leber sollte in der Mitte nicht mehr blutig aber noch zart rosa sein. Die Hitze reduzieren und mit Essig ablöschen.

Obst und Zucker hinzugeben und kurz in der noch heißen Pfanne schwenken.

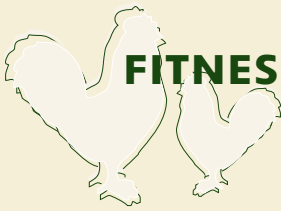
Den Salat auf Tellern verteilen. Leber mit dem Obst und dem Bratensud auf dem Salatbett anrichten und mit etwas Olivenöl beträufeln.



FITNESSALAT MIT HÄHNCHEN
und gegrilltem Pfirsich



Landgeflügel



FITNESSSALAT MIT HÄHNCHEN

und gegrilltem Pfirsich

Zutaten für 4 Personen als Vorspeise
oder 2 Personen als Hauptspeise:

400 g	Hähncheninnenfilets
3 EL	Olivenöl
	Salz und Pfeffer
4	reife Pfirsiche entsteint und geviertelt (oder 4 Scheiben frische Ananas, geviertelt)
4 TL	Sherry-/Rotwein- oder Himbeer- essig
1	kleine rote Chili, sehr fein geschnitten
1 EL	Honig
100 g	gemischter Salat (4 handvoll)
100 g	Fetakäsewürfel



Zubereitung:

In einer heißen Pfanne (am besten eignet sich eine geriffelte Grillpfanne) die Hähncheninnenfilets mit einem Esslöffel Olivenöl goldbraun anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen, aus der Pfanne nehmen und beiseite stellen.

In derselben Pfanne die Pfirsichstücke auf höchster Stufe auf beiden Seiten 1-2 Minuten anbraten und auch beiseite stellen.

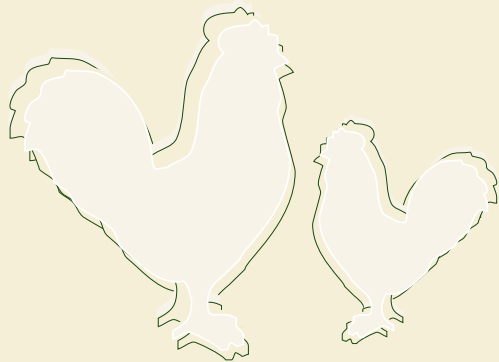
Das restliche Olivenöl mit Essig, Honig, Salz und Pfeffer sowie den Chilistückchen zu einem Dressing verquirlen und mit dem Salat vermengen.

Die Hähncheninnenfilets und die gegrillten Pfirsiche auf dem Salatbett anrichten und mit Fetakäsewürfeln bestreuen.

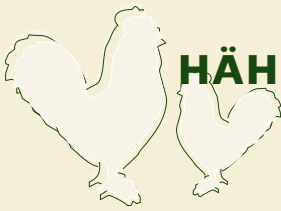


HÄHNCHENKEULEN

in Marsala-Balsamico-Sauce



Landgeflügel



HÄHNCHENKEULEN

in Marsala-Balsamico-Sauce

Zutaten für 4 Personen:

8	Hähnchenunterkeulen (oder 4 am Gelenk zerteilte Schenkel)
2 EL	Olivenöl
10	Schalotten, geschält und halbiert
3	Knoblauchzehen, geschält und halbiert
300 ml	Marsala (alternativ Sherry oder Portwein verwenden)
150 ml	Balsamicoessig
2	Rosmarinzweige
100 ml	Sahne



Zubereitung:

Das Öl in eine heiße Pfanne (tiefe Pfanne mit Deckel oder Bräter) geben und die Hähnchenteile von allen Seiten goldbraun anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Das Fleisch aus der Pfanne nehmen.

Schalotten und Knoblauch in das Bratfett geben und leicht anbräunen. Die Hähnchenteile zurück in die Pfanne geben und mit Marsala und Balsamico ablöschen. Die Rosmarinzweige in den Sud legen und bei geschlossenem Deckel 40 Minuten bei geringer Hitze schmoren lassen. Ab und an die Hähnchenteile wenden.

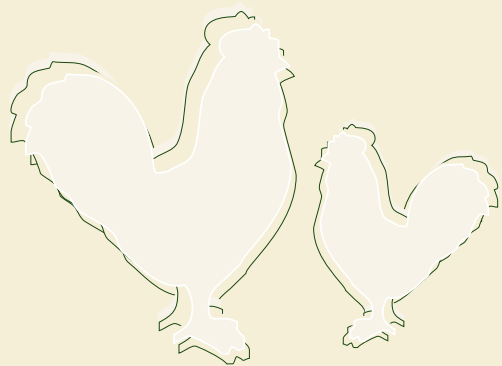
Fleisch, Schalotten und Knoblauch aus der Sauce nehmen und warm stellen. Die Sauce bis auf die Hälfte reduzieren. Rosmarinzweige entfernen und Sahne zugeben. Kurz aufkochen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Sauce über die Hähnchenteile gießen und zu Brot oder Reis servieren.

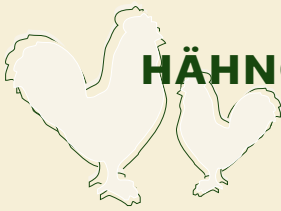


HÄHNCHENBRUST

mit Champignon-Salbei-Rahmsauce



Landgeflügel



HÄHNCHENBRUST

mit Champignon-Salbei-Rahmsauce

Zutaten für 4 Personen:

500 g	Hähnchenbrustfilet
	Salz und Pfeffer
250 g	frische Champignons in Scheiben geschnitten
1	Zwiebel fein geschnitten
2 EL	Pflanzenöl
300 ml	Sahne
	eine handvoll frische Salbeiblätter, gehackt
2	Eigelb
	Muskat



Zubereitung:

Den Backofen auf 150°C vorheizen.

Die Hähnchenbrustfilets im Pflanzenöl in einer heißen Pfanne von beiden Seiten 3-4 Minuten goldbraun anbraten. Salzen, pfeffern und in einer feuerfesten Form 15 Minuten im Ofen fertig-garen.

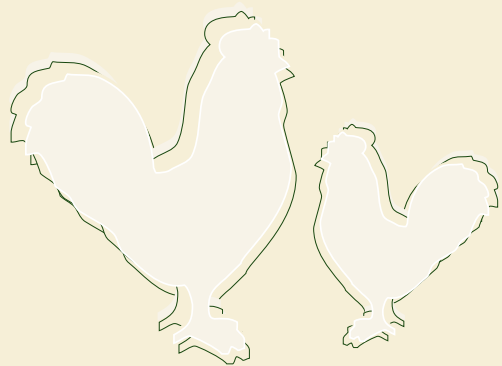
Champignons und Zwiebeln in derselben Pfanne anbraten bis die Pilze etwas Farbe angenommen haben. Mit Sahne ablöschen, den Salbei zugeben und etwas einkochen lassen. Die Sauce vom Herd nehmen. Nach etwa 5 Minuten ist sie so weit abgekühlt, dass die 2 Eigelbe untergerührt werden können (nicht vorher, sonst gerinnt das Ei). Mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken.

Die Hähnchenbrustfilets aus dem Ofen nehmen und in Scheiben schneiden. Auf dem Teller mit der Sauce anrichten.

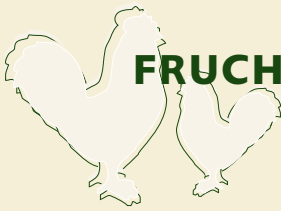
Dazu passen Nudeln oder Weißbrot.



FRUCHTIGE LINSENSUPPE
mit Hähnchen und Curry (Mulligatawny)



Landgeflügel



FRUCHTIGE LINSENSUPPE

mit Hähnchen und Curry
(Mulligatawny)

Zutaten für 4 Personen:

750 g	Hähnchen-Innenfilets
150 g	rote Linsen
1	große Zwiebel
1	Möhre
1 Stück	Knollensellerie (ca. 250 g)
1 Stück	frischer Ingwer (ca. 2 cm)
1	kleine rote Chilischote oder Peperoni
4 EL	Öl
2 TL	Currypulver
2 TL	Garam Masala (indische Gewürz- mischung)
1	Apfel
1	reife Mango
1 l	Hühnerbrühe
250 ml	Kokosmilch
	Saft von 1 Limette
	Salz
½ Bund	Koriander



Zubereitung:

Zwiebel, Möhre und Knollensellerie fein würfeln. Ingwer und Chilischote hacken. Apfel schälen und in Scheiben schneiden, Mango schälen, vom Stein schneiden und grob würfeln.

2 EL Öl in einem Topf erhitzen und Gemüse darin andünsten. Nach 2 Minuten Curry, Garam Masala und das Obst in den Topf geben und kurz andünsten. Das Ganze mit Brühe aufgießen und ca. 30 Minuten auf kleiner Hitze kochen lassen.

2 EL Öl in einer Pfanne erhitzen, die Hähncheninnenfilets anbraten und beiseite stellen.

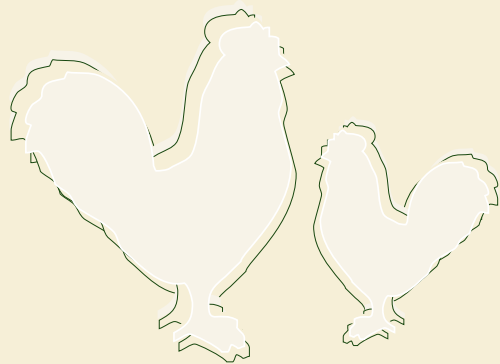
Rote Linsen in kochendes Salzwasser geben, 6-8 Minuten kochen dann durch ein Sieb gießen und kalt abspülen.

Wenn das Gemüse gar ist, die Suppe mit dem Stabmixer pürieren, Kokosmilch und Limettensaft hinzugeben. Mit Salz, Curry und Garam Masala abschmecken. Hähnchenfleisch grob zerpfücken. Zusammen mit den Linsen in die Suppe geben und erwärmen.

Vor dem Servieren mit Korianderblättern bestreuen.



HÄHNCHEN-BOHNEN-CASSOULET



Landgeflügel



HÄHNCHEN-BOHNEN-CASSOULET

Zutaten für 4 Personen:

750 g	Hähnchen-Oberkeulen
750 g	Hähnchen-Unterkeulen
400 g	weiße Bohnen
100 g	Bacon (Frühstücksspeck)
500 g	Möhren
2	Zwiebeln
2	Knoblauchzehen
	Salz, Pfeffer, Paprika edelsüß
2-3 EL	Öl
400 g	stückige Tomaten
½ l	Wasser
1 TL	Zucker
2 EL	Weißweinessig
½ Bund	Petersilie
	+ Bräter oder Schmortopf



Zubereitung:

Bohnen in einem Sieb abspülen und abtropfen lassen. Bacon in Streifen schneiden. Möhren schälen und in Scheiben schneiden. Zwiebeln und Knoblauch schälen und würfeln. Backofen vorheizen auf 200°C (Umluft 175°C).

Hähnchenteile mit Salz und Pfeffer würzen. Öl im Bräter erhitzen, Hähnchenteile von allen Seiten kräftig anbraten. Hähnchenteile herausnehmen. Bacon, Möhren, Zwiebeln und Knoblauch im heißen Bratfett anbraten. Mit ½ l Wasser und Tomaten ablöschen. Mit Salz, Pfeffer, Paprika, Zucker und Essig würzen.

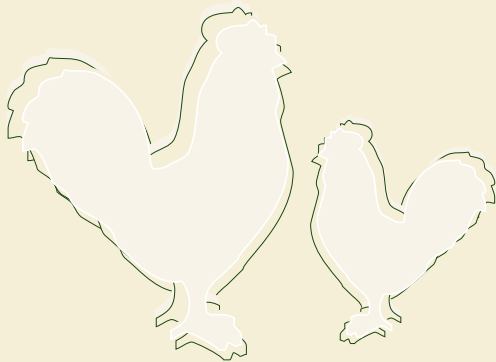
Bohnen und Hähnchenteile in den Bräter geben und im vorgeheizten Backofen ca. 1 Stunde offen schmoren.

Petersilie waschen, trocken schütteln und fein hacken. Cassoulet mit Salz, Pfeffer und Paprika abschmecken und mit Petersilie bestreut anrichten.

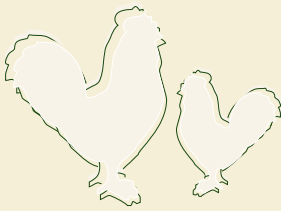
Dazu passt Baguette oder Bauernbrot.



HÄHNCHEN-PAELLA



Landgeflügel



HÄHNCHEN-PAELLA

Zutaten für 4 Personen:

500 g	Hähnchen-Oberkeulen (alternativ Oberkeulenfleisch)
	Salz, Pfeffer
2-3 EL	Öl
300 g	Paella-Reis
1	rote Paprikaschote
1	gehäufter Teelöffel Paprika edelsüß
700 ml	Hühnerbrühe
150 g	Erbsen



Zubereitung:

Aus der Paprikaschote die Kerne entfernen und würfeln. Hähnchen-Oberkeulen mit Salz und Pfeffer würzen.

Öl in einer Pfanne erhitzen. Oberkeulen von allen Seiten kräftig anbraten. Reis, Paprikawürfel und Paprikapulver zugeben und ein paar Minuten anbraten. Hühnerbrühe hinzugeben und 15-20 Minuten köcheln lassen, dabei gelegentlich umrühren.

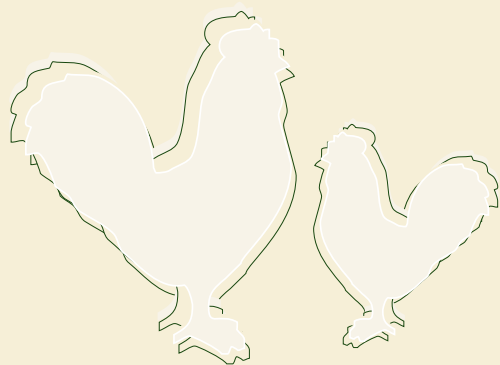
Erbsen hinzugeben und zugedeckt 5 Minuten köcheln lassen, bis die Flüssigkeit aufgesogen ist und der Reis und das Hähnchen gar sind.

Mit Salz, Pfeffer und Paprikapulver abschmecken.

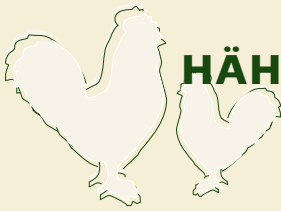


HÄHNCHEN-WRAPS

mit Guacamole und Salat



Landgeflügel



HÄHNCHEN-WRAPS

mit Guacamole und Salat

Zutaten für 4 Personen:

8	Tortilla-Wraps
1,2 kg	Hähnchen-Geschnetzeltes
2-3 EL	Öl
	Salz, Pfeffer, Currypulver
2	reife Avocados
1	Knoblauchzehe
	Saft von ½ Zitrone
	Paprikapulver
1	Salatkopf nach Wahl
½ Bund	Frühlingszwiebeln
4	Tomaten



Zubereitung:

Tortilla-Wraps in Alufolie wickeln und im Backofen bei 200°C 1-2 Minuten erwärmen.

Guacamole:

Avocados schälen, den Kern entfernen und in eine Schüssel geben. Knoblauchzehe in die Schüssel pressen. Mit dem Pürierstab pürieren und mit Zitronensaft, Salz, Pfeffer und Paprikapulver abschmecken.

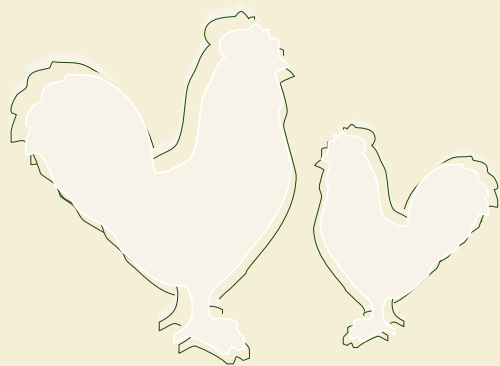
Öl in einer Pfanne erhitzen. Geschnetzeltes darin anbraten, dabei mit Salz, Pfeffer und Currypulver würzen.

Salat waschen und kleinschneiden. Frühlingszwiebeln in Scheiben schneiden. Tomaten würfeln.

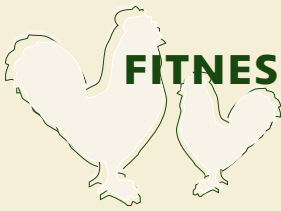
Tortilla-Wraps mit Guacamole bestreichen und in der Mitte mit Hähnchenstreifen, Salat, Zwiebeln und Tomaten belegen. Die Unterseite der Wraps einschlagen, dann die Seiten einrollen.



FITNESSALAT MIT HÄHNCHEN
und gegrilltem Pfirsich



Landgeflügel



FITNESSSALAT MIT HÄHNCHEN

und gegrilltem Pfirsich

Zutaten für 4 Personen als Vorspeise
oder 2 Personen als Hauptspeise:

400 g	Hähncheninnenfilets
3 EL	Olivensöl
	Salz und Pfeffer
4	reife Pfirsiche entsteint und geviertelt (oder 4 Scheiben frische Ananas, geviertelt)
4 TL	Sherry-/Rotwein- oder Himbeer- essig
1	kleine rote Chili, sehr fein geschnitten
1 EL	Honig
100 g	gemischter Salat (4 handvoll)
100 g	Fetakäsewürfel



Zubereitung:

In einer heißen Pfanne (am besten eignet sich eine geriffelte Grillpfanne) die Hähncheninnenfilets mit einem Esslöffel Olivenöl goldbraun anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen, aus der Pfanne nehmen und beiseite stellen.

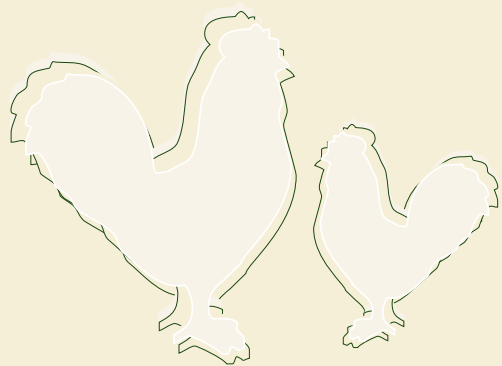
In derselben Pfanne die Pfirsichstücke auf höchster Stufe auf beiden Seiten 1-2 Minuten anbraten und auch beiseite stellen.

Das restliche Olivenöl mit Essig, Honig, Salz und Pfeffer sowie den Chilistückchen zu einem Dressing verquirlen und mit dem Salat vermengen.

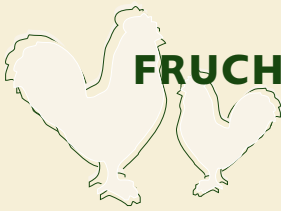
Die Hähncheninnenfilets und die gegrillten Pfirsiche auf dem Salatbett anrichten und mit Fetakäsewürfeln bestreuen.



FRUCHTIGE LINSENSUPPE
mit Hähnchen und Curry (Mulligatawny)



Landgeflügel



FRUCHTIGE LINSENSUPPE

mit Hähnchen und Curry
(Mulligatawny)

Zutaten für 4 Personen:

750 g	Hähnchen-Innenfilets
150 g	rote Linsen
1	große Zwiebel
1	Möhre
1 Stück	Knollensellerie (ca. 250 g)
1 Stück	frischer Ingwer (ca. 2 cm)
1	kleine rote Chilischote oder Peperoni
4 EL	Öl
2 TL	Currypulver
2 TL	Garam Masala (indische Gewürz- mischung)
1	Apfel
1	reife Mango
1 l	Hühnerbrühe
250 ml	Kokosmilch
	Saft von 1 Limette
	Salz
½ Bund	Koriander



Zubereitung:

Zwiebel, Möhre und Knollensellerie fein würfeln. Ingwer und Chilischote hacken. Apfel schälen und in Scheiben schneiden, Mango schälen, vom Stein schneiden und grob würfeln.

2 EL Öl in einem Topf erhitzen und Gemüse darin andünsten. Nach 2 Minuten Curry, Garam Masala und das Obst in den Topf geben und kurz andünsten. Das Ganze mit Brühe aufgießen und ca. 30 Minuten auf kleiner Hitze kochen lassen.

2 EL Öl in einer Pfanne erhitzen, die Hähncheninnenfilets anbraten und beiseite stellen.

Rote Linsen in kochendes Salzwasser geben, 6-8 Minuten kochen dann durch ein Sieb gießen und kalt abspülen.

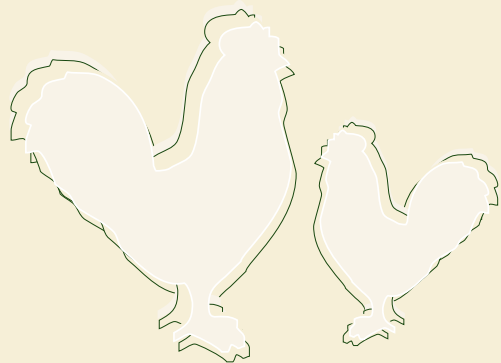
Wenn das Gemüse gar ist, die Suppe mit dem Stabmixer pürieren, Kokosmilch und Limettensaft hinzugeben. Mit Salz, Curry und Garam Masala abschmecken. Hähnchenfleisch grob zerpfücken. Zusammen mit den Linsen in die Suppe geben und erwärmen.

Vor dem Servieren mit Korianderblättern bestreuen.

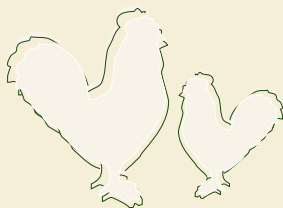


GEBRATENE HÄHNCHENBRUST

auf Kürbiscrème und Ofengemüse



Landgeflügel



GEBRATENE HÄHNCHENBRUST

auf Kürbiscrème und Ofengemüse

Zutaten für 4 Personen:

4	Hähnchenbrustfilets
1	Hokkaido Kürbis (1 kg)
4	Petersilienwurzeln
250 g	dunkle Trauben
1	Radicchio
3 EL	Olivenöl
	Salz und Pfeffer
3	Zweige Thymian
300 g	mehlig kochende Kartoffeln
150 ml	Milch
20 g	Butter
100 ml	Sahne
	Frisch geriebene Muskatnuss
	Abrieb einer Zitrone
2 EL	Butterschmalz



Zubereitung:

Kürbis waschen, entkernen und die eine Hälfte in Spalten, die andere Hälfte in grobe Stücke schneiden. Petersilienwurzel schälen und der Länge nach vierteln. Trauben waschen, Radicchio in Stücke schneiden.

Kürbisspalten, Petersilienwurzel, Trauben und Öl mischen, mit Salz und Pfeffer würzen, mit Thymian belegen und bei 180 °C im Ofen etwa 35 Minuten backen.

Kartoffeln schälen, in grobe Stücke schneiden, in Salzwasser garen und pürieren. Den gewürfelten Kürbis in Milch circa 15 bis 20 Minuten weich garen und ebenfalls pürieren.

Kartoffel- und Kürbispüree vermischen und die Butter unterrühren. 50 ml Sahne aufkochen, mit Salz, frisch geriebener Muskatnuss und Zitronenabrieb würzen, unter das Püree rühren.

50 g Sahne halb steif schlagen und kurz vor dem Servieren unterheben.

Hähnchenbrüste in Butterschmalz bei mittlerer Hitze circa 5 Minuten von beiden Seiten anbraten. Aus der Pfanne heben, oben auf das Gemüse im Backofen setzen und etwa 10 Minuten mit garen.

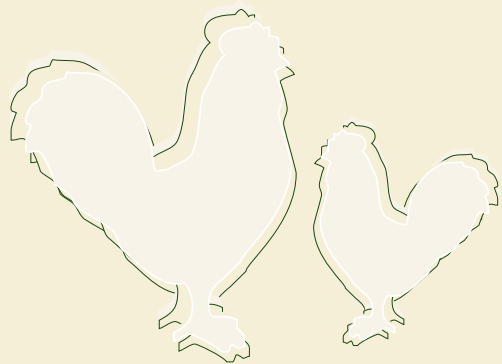
Die Kürbiscrème auf Tellern verteilen, das Ofengemüse mittig darauf anrichten, die Hähnchenbrust darauf setzen und genießen.

Weitere leckere Rezepte unter
www.deutsches-gefluegel.de

www.landgefluegel.de



HÄHNCHEN-BOHNEN-CASSOULET



Landgeflügel



HÄHNCHEN-BOHNEN-CASSOULET

Zutaten für 4 Personen:

750 g	Hähnchen-Oberkeulen
750 g	Hähnchen-Unterkeulen
400 g	weiße Bohnen
100 g	Bacon (Frühstücksspeck)
500 g	Möhren
2	Zwiebeln
2	Knoblauchzehen
	Salz, Pfeffer, Paprika edelsüß
2-3 EL	Öl
400 g	stückige Tomaten
½ l	Wasser
1 TL	Zucker
2 EL	Weißweinessig
½ Bund	Petersilie
	+ Bräter oder Schmortopf



Zubereitung:

Bohnen in einem Sieb abspülen und abtropfen lassen. Bacon in Streifen schneiden. Möhren schälen und in Scheiben schneiden. Zwiebeln und Knoblauch schälen und würfeln. Backofen vorheizen auf 200°C (Umluft 175°C).

Hähnchenteile mit Salz und Pfeffer würzen. Öl im Bräter erhitzen, Hähnchenteile von allen Seiten kräftig anbraten. Hähnchenteile herausnehmen. Bacon, Möhren, Zwiebeln und Knoblauch im heißen Bratfett anbraten. Mit ½ l Wasser und Tomaten ablöschen. Mit Salz, Pfeffer, Paprika, Zucker und Essig würzen.

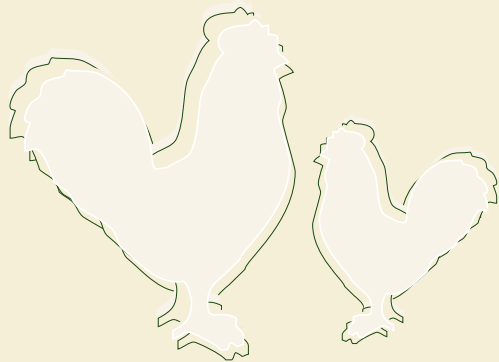
Bohnen und Hähnchenteile in den Bräter geben und im vorgeheizten Backofen ca. 1 Stunde offen schmoren.

Petersilie waschen, trocken schütteln und fein hacken. Cassoulet mit Salz, Pfeffer und Paprika abschmecken und mit Petersilie bestreut anrichten.

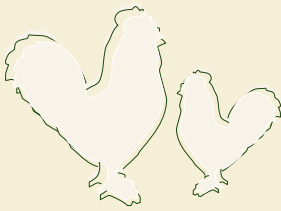
Dazu passt Baguette oder Bauernbrot.



HÄHNCHEN-PAELLA



Landgeflügel



HÄHNCHEN-PAELLA

Zutaten für 4 Personen:

500 g	Hähnchen-Oberkeulen (alternativ Oberkeulenfleisch)
	Salz, Pfeffer
2-3 EL	Öl
300 g	Paella-Reis
1	rote Paprikaschote
1	gehäufter Teelöffel Paprika edelsüß
700 ml	Hühnerbrühe
150 g	Erbsen



Zubereitung:

Aus der Paprikaschote die Kerne entfernen und würfeln. Hähnchen-Oberkeulen mit Salz und Pfeffer würzen.

Öl in einer Pfanne erhitzen. Oberkeulen von allen Seiten kräftig anbraten. Reis, Paprikawürfel und Paprikapulver zugeben und ein paar Minuten anbraten. Hühnerbrühe hinzugeben und 15-20 Minuten köcheln lassen, dabei gelegentlich umrühren.

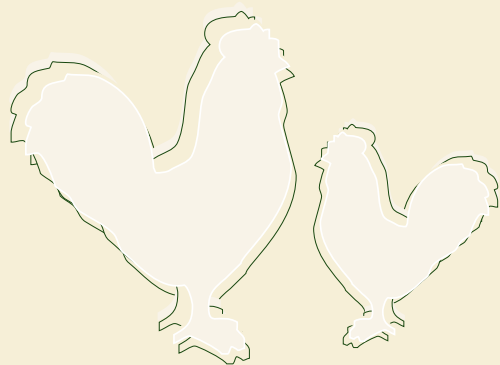
Erbsen hinzugeben und zugedeckt 5 Minuten köcheln lassen, bis die Flüssigkeit aufgesogen ist und der Reis und das Hähnchen gar sind.

Mit Salz, Pfeffer und Paprikapulver abschmecken.

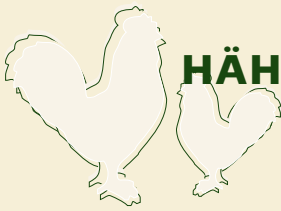


HÄHNCHEN-WRAPS

mit Guacamole und Salat



Landgeflügel



HÄHNCHEN-WRAPS

mit Guacamole und Salat

Zutaten für 4 Personen:

8	Tortilla-Wraps
1,2 kg	Hähnchen-Geschnetzeltes
2-3 EL	Öl
	Salz, Pfeffer, Currypulver
2	reife Avocados
1	Knoblauchzehe
	Saft von ½ Zitrone
	Paprikapulver
1	Salatkopf nach Wahl
½ Bund	Frühlingszwiebeln
4	Tomaten



Zubereitung:

Tortilla-Wraps in Alufolie wickeln und im Backofen bei 200°C 1-2 Minuten erwärmen.

Guacamole:

Avocados schälen, den Kern entfernen und in eine Schüssel geben. Knoblauchzehe in die Schüssel pressen. Mit dem Pürierstab pürieren und mit Zitronensaft, Salz, Pfeffer und Paprikapulver abschmecken.

Öl in einer Pfanne erhitzen. Geschnetzeltes darin anbraten, dabei mit Salz, Pfeffer und Currypulver würzen.

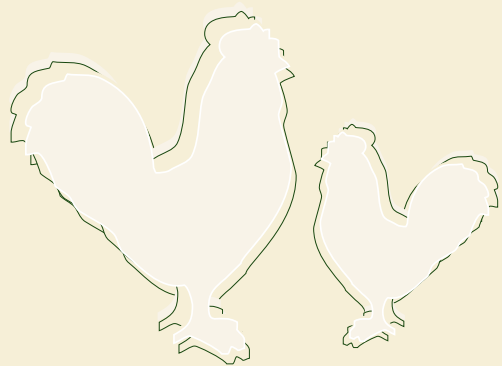
Salat waschen und kleinschneiden. Frühlingszwiebeln in Scheiben schneiden. Tomaten würfeln.

Tortilla-Wraps mit Guacamole bestreichen und in der Mitte mit Hähnchenstreifen, Salat, Zwiebeln und Tomaten belegen. Die Unterseite der Wraps einschlagen, dann die Seiten einrollen.

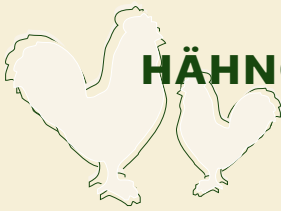


HÄHNCHENBRUST

mit Champignon-Salbei-Rahmsauce



Landgeflügel



HÄHNCHENBRUST

mit Champignon-Salbei-Rahmsauce

Zutaten für 4 Personen:

500 g	Hähnchenbrustfilet
	Salz und Pfeffer
250 g	frische Champignons in Scheiben geschnitten
1	Zwiebel fein geschnitten
2 EL	Pflanzenöl
300 ml	Sahne
	eine handvoll frische Salbeiblätter, gehackt
2	Eigelb
	Muskat



Zubereitung:

Den Backofen auf 150°C vorheizen.

Die Hähnchenbrustfilets im Pflanzenöl in einer heißen Pfanne von beiden Seiten 3-4 Minuten goldbraun anbraten. Salzen, pfeffern und in einer feuerfesten Form 15 Minuten im Ofen fertig-garen.

Champignons und Zwiebeln in derselben Pfanne anbraten bis die Pilze etwas Farbe angenommen haben. Mit Sahne ablöschen, den Salbei zugeben und etwas einkochen lassen. Die Sauce vom Herd nehmen. Nach etwa 5 Minuten ist sie so weit abgekühlt, dass die 2 Eigelbe untergerührt werden können (nicht vorher, sonst gerinnt das Ei). Mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken.

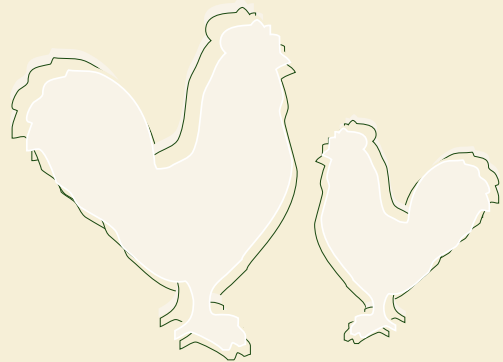
Die Hähnchenbrustfilets aus dem Ofen nehmen und in Scheiben schneiden. Auf dem Teller mit der Sauce anrichten.

Dazu passen Nudeln oder Weißbrot.

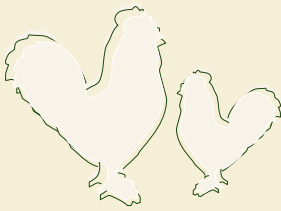


HÄHNCHENOBBERKEULE MIT AVOCADO

und Limetten-Pinienkernpesto



Landgeflügel



HÄHNCHENOVERKEULE MIT AVOCADO

und Limetten-Pinienkernpesto

Zutaten für 4 Personen:

8	Hähnchenoberkeulen mit Haut
2 EL	Sonnenblumenöl
1 TL	edelsüßes Paprika
1/2 TL	Rosenpaprika
1 TL	Curry
100 g	Pinienkerne
3	Limetten
1 EL	Agavendicksaft
6 EL	Oliveneröl
	Salz und Pfeffer aus der Mühle
2	Avocados
	Chiliflocken nach Belieben



Zubereitung:

Öl, beide Paprikapulver und Curry miteinander verrühren. Hähnchenoberkeulen mit der Marinade bestreichen, mit Salz und Pfeffer würzen, auf dem Grill bei indirekter Hitze mit geschlossenem Deckel etwa 25-30 Minuten garen, dabei öfters wenden oder 35-45 Minuten bei 180°C Umluft im Ofen garen.

Die Pinienkerne ohne Öl rösten, auskühlen lassen. 1 Limette halbieren, von einer Hälfte die Schale fein abreiben und den Saft herauspressen. Alles zusammen mit dem Agavendicksaft und dem Olivenöl zu einem Pesto mixen.

Avocados halbieren, den Stein entfernen, mit dem restlichen Limettensaft beträufeln, auf dem Grill oder in der Grillpfanne von beiden Seiten anrösten und mit Chiliflocken würzen.

Gegrillte Hähnchenoberkeulen mit dem Limetten-Pinienkern-Pesto und den gegrillten Avocados servieren.

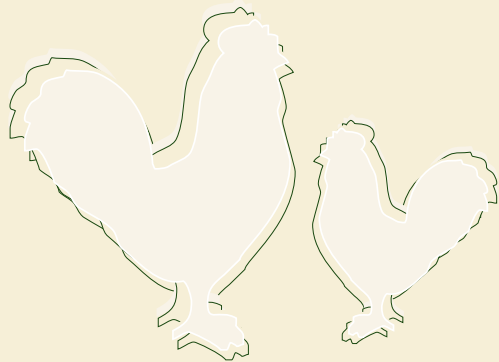
Weitere leckere Rezepte unter
www.deutsches-gefluegel.de

www.landgefuegel.de

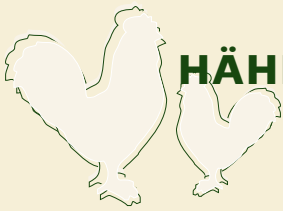


HÄHNCHENKEULEN

in Marsala-Balsamico-Sauce



Landgeflügel



HÄHNCHENKEULEN

in Marsala-Balsamico-Sauce

Zutaten für 4 Personen:

8	Hähnchenunterkeulen (oder 4 am Gelenk zerteilte Schenkel)
2 EL	Olivenöl
10	Schalotten, geschält und halbiert
3	Knoblauchzehen, geschält und halbiert
300 ml	Marsala (alternativ Sherry oder Portwein verwenden)
150 ml	Balsamicoessig
2	Rosmarinzweige
100 ml	Sahne



Zubereitung:

Das Öl in eine heiße Pfanne (tiefe Pfanne mit Deckel oder Bräter) geben und die Hähnchenteile von allen Seiten goldbraun anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Das Fleisch aus der Pfanne nehmen.

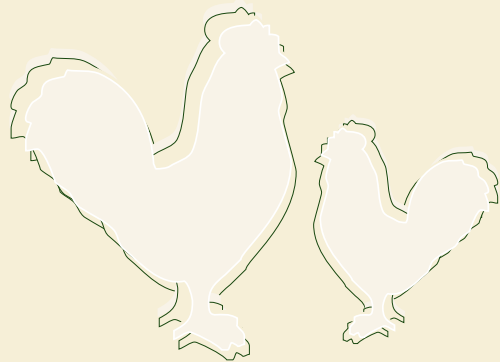
Schalotten und Knoblauch in das Bratfett geben und leicht anbräunen. Die Hähnchenteile zurück in die Pfanne geben und mit Marsala und Balsamico ablöschen. Die Rosmarinzweige in den Sud legen und bei geschlossenem Deckel 40 Minuten bei geringer Hitze schmoren lassen. Ab und an die Hähnchenteile wenden.

Fleisch, Schalotten und Knoblauch aus der Sauce nehmen und warm stellen. Die Sauce bis auf die Hälfte reduzieren. Rosmarinzweige entfernen und Sahne zugeben. Kurz aufkochen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Sauce über die Hähnchenteile gießen und zu Brot oder Reis servieren.



SALAT MIT HÄHNCHENLEBER
und Feigen



Landgeflügel



SALAT MIT HÄHNCHENLEBER

und Feigen

Zutaten für 4 Personen als Vorspeise
oder 2 Personen als Hauptspeise:

- 1 EL Butter
- 1 rote Zwiebel, in feine Streifen geschnitten
- 1 Zweig frischer Thymian (oder ½ TL getrocknet)
- 200 g Hähnchenleber
Salz und Pfeffer
- 4 EL Rotwein- oder Balsamicoessig
- 100 g gemischte Salatblätter (4 handvoll)
- 4 geviertelte Feigen (oder 8 halbierte Pflaumen)
- 1/2 TL Zucker
- etwas Olivenöl



Zubereitung:

Butter in einer großen Pfanne zerlassen. Zwiebeln und Thymian bei mittlerer Hitze braten, bis die Zwiebeln glasig sind.

Die Leber salzen und pfeffern und bei hoher Temperatur von beiden Seiten 2-3 Minuten stark anbraten. Die Leber sollte in der Mitte nicht mehr blutig aber noch zart rosa sein. Die Hitze reduzieren und mit Essig ablöschen.

Obst und Zucker hinzugeben und kurz in der noch heißen Pfanne schwenken.

Den Salat auf Tellern verteilen. Leber mit dem Obst und dem Bratensud auf dem Salatbett anrichten und mit etwas Olivenöl beträufeln.




Landgeflügel

Landgeflügel FG Vertriebsgesellschaft mbH
Im Industriepark 1, 49733 Haren