

Hähnchenoberschenkel auf Lauch mit Tomaten



Zutaten für drei Personen:

4 EL Olivenöl
2 Knoblauchzehen
1 Stückchen Ingwer
6 Hähnchenoberschenkel
Salz, Pfeffer aus der Mühle
2 EL Austernsauce
120 ml Hühnerbrühe
1 Stange Lauch
2 mittlere Strauchtomaten

1. Zwei Knoblauchzehen abziehen, in feine Scheiben schneiden und in 3 EL Olivenöl in großer beschichteter Pfanne Farbe annehmen lassen. Knoblauchscheiben mit einem Löffel wieder herausnehmen, dabei etwa 1 EL Olivenöl mitnehmen. Auf den Boden einer ofenfesten Form gießen.

2. Lauch waschen und längs halbieren. In reichlich Wasser ohne Salz ca. 3 Minuten blanchieren. Mit kaltem Wasser abschrecken. Den Boden der Form sternförmig mit den Blättern auslegen, dabei sollen die Blätter über den Rand ragen, da sie später umgeschlagen werden.

3. Von den Tomaten die Haut abziehen und sie dann vierteln.

4. Hähnchenoberschenkel waschen und gut trocknen. Salzen und pfeffern. Eventuell einen weiteren EL Olivenöl in die bereits benutzte Pfanne geben und die Hähnchenteile darin auf beiden Seiten gut anbraten. Zum Ende den geschälten und fein gehackten Ingwer mitbraten und dann mit 120 ml Hühnerbrühe ablöschen.

5. Die Hähnchenteile in die Form auf den Lauch legen und mit der Sauce begießen.

6. Die Tomatenviertel zwischen die Hähnchenteile

geben. Insgesamt ca. zwei EL Austernsauce auf die Hähnchenteile verteilen. Die Lauchblätter jetzt zur Mitte einschlagen.

7. Ofen auf 180° vorheizen und das Gericht zunächst mit Alufolie abgedeckt 20 Minuten garen, dann die Folie entfernen und nochmals ca. 30 Minuten im Ofen garen.

Hinweise:

Das Foto zeigt das Gericht vor dem Garen im Ofen.

Schlagworte:

mittel, Zubereitung ca. 45 min, Gesamtzeit ca. 100 min, Hauptspeisen, Fleisch, Geflügel, Huhn, italienisch

Rezept und Foto: Walter Stand 06.01.2023