

Kochen mit Christian Jürgens Hendl orientalisches mit Schmorsalat

Rezept für 4 Personen

Zutaten

- 1 - 3 Chilischoten, halbiert, entkernt, gehackt
- 100 g getrocknete Aprikosen, gewürfelt
- 1 Zitrone
- 1 Zwiebel, gewürfelt
- 2 Knoblauchzehen ohne Keim, gewürfelt
- 2 Zitronengrasstiele
- 6 EL Olivenöl
- ½ TL Kardamomsamen
- 1 EL brauner Zucker
- 1 Dose geschälte Pelati-Tomaten
- 4 Hühnerbrüste
- 2 TL Kreuzkümmelsamen, grob gemörsert
- 4 EL Joghurt
- 60 g fester Ziegenkäse, fein gerieben
- 1 Endiviensalat
- 1 Bund Petersilie, Blätter fein gehackt
- 1 EL Butter
- Salz
- Pfeffer aus der Mühle



Zubereitung

Für die Soße die Zitrone heiß waschen, Schale abreiben und Saft auspressen. Die äußeren harten Blätter des Zitronengrases entfernen, Enden abschneiden, dann Zitronengras längs halbieren und so fein wie möglich schneiden. Zitronengras und Kardamom in 4 EL Olivenöl anbraten, Zucker, Zwiebel und Knoblauch zugeben, dann Chili, Aprikosen und Zitronensaft untermischen und zuletzt die Tomaten zugeben. Die Soße bei schwacher Hitze einkochen, mit Salz abschmecken und passieren.

Hühnerbrüste abrausen und trocken tupfen. Brüste von der dickeren Längsseite her ein-, aber nicht ganz durchschneiden, so dass sie an einer Seite noch zusammenhängen. Aufklappen, flachdrücken und mit Salz und Pfeffer würzen. Joghurt mit Kreuzkümmel und etwas Salz verrühren. Hühnerbrüste erst in Joghurt, dann im Käse wenden. Restliches Öl in einer beschichteten Pfanne erhitzen und die Brüste bei mittlerer Hitze von beiden Seiten fertig braten.

Inzwischen Endiviensalat mit Butter andünsten, mit Salz und Pfeffer abschmecken und zum Schluss Petersilie und Zitronenschale dazugeben.

Anrichten

Soße noch mal aufkochen. Dann Hühnchen mit Schmorsalat und Soße auf den Tellern anrichten.

Guten Appetit wünscht Ihnen Christian Jürgens!