

Rhabarber-Mandel-Hähnchen

Rezept für vier Personen



schnippeln
in 2cm große Stücke
schneiden
schön rundherum.
mit dünsten
Dann Honig, Tomatenmark
Limettensaft & Rhabarber & Hühnchen
zugeben, mit 800 ml Geflügelfond
auffüllen. 200g Mandeln &
Datteln mit hineinwerfen und
2 Stunden bei mittlerer Hitze
schmurgeln lassen.
Zum Schluss evtl. nachwürzen.
Dazu schmeckt Basmatireis, Cous Cous
oder Fladenbrot.
Mit Blüten & Kräutern nach Laune dekorieren.



Zutaten

4 Bio-Hähnchenkeulen, 2 Rote Zwiebeln, 1 Knoblauchzehe, 250 g Rhabarber, Salz, frischer Pfeffer, 2 EL Öl, 1 TL Kurkuma, 1 TL Ingwer, 4 EL Honig, 4 EL Tomatenmark, 50 ml Limettensaft, 800 ml Geflügelfond (oder Hühnerbrühe), 200 g Datteln entsteint, 200 g Mandeln blanchiert

Zubereitung

Zwiebeln halbieren und in Scheibchen schnippeln. Knoblauch halbieren, Rhabarber putzen und in 2 Zentimeter große Stücke schneiden. Hähnchenkeulen im Gelenk teilen, salzen. Hähnchen im heißen Öl anbraten, schön rundherum, dann raus aus dem Topf, Zwiebeln und Knoblauch rein und fünf Minuten dünsten. Kurkuma, Ingwer, Pfeffer dazu, kurz mitdünsten. Dann Honig, Tomatenmark, Rhabarber und Hühnchen zugeben, mit 800 ml Geflügelfond und Limettensaft auffüllen. Mandeln und Datteln mit hineinwerfen und zwei Stunden bei mittlerer Hitze schmurgeln lassen.

Zum Schluss eventuell nachwürzen. Mit Blüten und Kräutern nach Laune dekorieren.

Dazu schmeckt Basmatireis, Couscous oder Fladenbrot.

Weitere Rezepte gibt's auf alblust.de