



Hauptgang

Hähnchen nach Paul's Art

Rezept für 4 Personen

Zutaten :

Legende: TL = Teelöffel, EL = Esslöffel, MSP = Messerspitze, dl = Deziliter (1/10), cl = Centiliter (1/100)

20 gr	getrocknete Steinpilze
1	frisches Poulet, ca. 1,2 kg
1 EL	Gewürzmischung (Hauptanteil Salz, Paprika- und Pfeffer)
1/2 EL	eingesottene Butter (oder Kochbutter)
50 gr	Speckwürfeli
1	feingehackte Zwiebel
2	gepresste Knoblauchzehen
2	geschälte und geviertelte Tomaten
2 EL	(gestrichen) Mehl
2-3 dl	Rotwein
2-3 dl	kräftige Hühnerbrühe
	Thymian, Pfeffer und Streuwürze

Zubereitung:

Pilze	mindestens 30 Minuten vor Gebrauch in warmen Wasser aufquellen lassen
Poulet	Das Poulet in Ragoutstücke schneiden, mit Gewürzmischung einreiben. Die Butter erhitzen und das Fleisch darin beidseitig, lagenweise anbraten. Aus der Pfanne nehmen und auf die Seite stellen.
Mehl Speckwürfel, Zwiebel, Knoblauch Pilze und Tomaten Rotwein sowie Pilzeinweichwasser	Im Bratsatz kurz anrösten und danach Speckwürfel, Zwiebeln sowie Knoblauch andünsten Pilze und Tomaten dazugeben und mitdünsten. Mit dem Rotwein und dem Pilzwasser (abgeseiht) ablöschen und die Hühnerbrühe dazugießen.
Hühnerfleisch	Die Hühnerstücke in die Sauce legen, mit Thymian, Streuwürze sowie Pfeffer abschmecken und während zirka 40 Minuten zugedeckt leise köcheln lassen. Nach der Garzeit eventuell die Sauce noch etwas einreduzieren. Nach Geschmack abschmecken

Tip: Die Pouletsstücke können – damit es weniger kalorienreich wird – enthäutet werden. Um der Sauce noch mehr Gehalt zu geben, kann 1-2 dl DemiGlace zugefügt werden. – Schmeckt übrigens am nächsten Tag, aufgewärmt noch besser!
