

Geflügel Rezepte

Chili Knoblauch Hähnchen

Anzahl: 8 Portionen

Gattung: Geflügel, Gemüse, Hähnchen, Hülsenfrucht, Obst

8	Hähnchenkeulen (ca. 2 kg) - (evtl. mehr) Etwas Öl Salz Pfeffer	1	Dose/n (850 ml) Ananasscheiben - (normale oder Mini-Ringe)
125 g	Schlagsahne	3	große Zwiebeln
1	Tüte (10 g) "Chili-Knoblauch"- - Gewürzmischung (v. - Ostmann)	2	Essl. Brauner oder weißer Zucker - (evtl. mehr)
2	Dose/n (à 425 ml) weiße Bohnen	2	Essl. Weißwein-Essig (evtl. mehr)
2	Dose/n (à 425 ml) Kidney-Bohnen	1	Dose/n (850 ml) Tomaten Minze Schmand Taco-Chips

1. Keulen waschen, trocken tupfen. Auf eine geölte Fettpfanne legen und mit Salz bestreuen. Sahne und Gewürzmischung verrühren. Keulen damit bestreichen. Im vorgeheizten Ofen (E-Herd: 200 °C/Umluft: 175 °C/Gas: Stufe 3) ca. 30 Minuten braten.

2. Bohnen und Ananas abtropfen, Ananassaft auffangen. Zwiebeln schälen, grob würfeln. Zucker in einer großen Pfanne goldgelb karamellisieren. Unter Rühren mit 150 ml Ananassaft und Essig ablöschen. Kurz köcheln, bis alles gelöst ist. Zwiebeln zufügen und ca. 5 Minuten schmoren.

3. Tomaten samt Saft zugeben und etwas zerkleinern. Weitere 4-5 Minuten köcheln. Mit Salz und Pfeffer würzen. Ananasscheiben evtl. vierteln. Mit Bohnen untermischen.

4. Keulen herausnehmen. Bohnenmischung in die Fettpfanne geben. Durchrühren, damit sich der Bratensatz löst. Keulen darauf legen. Alles weitere 25-30 Minuten schmoren. Anrichten und garnieren. Dazupasst Baguette.