



Pouletsteaks an Paprikasauce mit Ofenkartoffeln

Pouletssteaks, das sind die ausgebeinten Oberschenkel des Huhns. Die Zubereitung im heißen Ofen ist sehr einfach, sie werden ringsum gewürzt und mit Rapsöl eingepinselt und im oberen Drittel des Ofens gebraten bis die Haut so richtig goldbraun und knusprig ist. Als Beilage sind Ofenkartoffeln ideal, sie können gleich mit den Pouletsteaks in den Ofen geschoben werden.

Dazu eine Paprikasauce mit mildem, aber sehr fruchtigem Pul biber (türkisches Paprika), wem pikanter mag gibt ein paar Streifen Chilischote dazu. Die Zeit in der die Pouletssteaks im Ofen braten, reicht gut aus, um die Sauce zuzubereiten.

Zutaten (1 Portion)

2-3 Pouletsteaks mit Haut (halbiert)
Salz, Pfeffer und Paprika
Rapsöl

150g Kartoffeln festkochend
Kräutersalz
Rapsöl

Peperonisauce:

20g Zwiebel
1El Pul biber
1Tl Tomatenpüree
Chilischote nach Belieben
5cl Weisswein
5cl Hühnerbouillon
1Tl Zitronensaft
1/2El Sauerrahm
Bratbutter

Zubereitung

Ofen auf 200° vorheizen.

Pouletsteak ringsum mit Salz, Pfeffer und Paprika würzen und mit Rapsöl einpinseln. Auf ein eingeöltes Blech legen.

Kartoffeln schälen und zu ca. 2cm grossen Klötzchen schneiden, mit Kräutersalz würzen und mit Rapsöl einpinseln.

Beides zusammen im oberen Drittel in den Ofen schieben und braten bis die Steaks schön hellbraun sind (ca. 25-30 Minuten).

Peperonisauce:

Chilischote halbieren und die sehr scharfen Kerne entfernen, Schote zu feinen Streifen schneiden.

Zwiebel fein hacken und in Bratbutter andünsten bis sie leichte Röstspuren zeigen. Pul biber, Chilischote und Tomatenpüree zugeben und ca. 1 Minute mitdünsten. Mit Weisswein ablöschen und leicht einkochen lassen. Hühnerbouillon dazugießen und 20 Minuten köcheln lassen. Zitronensaft und Sauerrahm zugeben. Eventuell mit Salz und Pfeffer abschmecken. Bis zum Anrichten warmhalten.







