



Poulet mit Peperonata aus dem Ofen (Butterfly-Cut)

Die Idee, das Poulet aufzuschneiden und wie ein Buch auseinander zu klappen, damit es gleichmässig gegrillt werden kann, stammt aus der amerikanischen BBQ-Szene. Aufgeklappt ähnelt die Form einem Schmetterling, daher der Name. Dazu wird das Rückgrat des Huhns herausgeschnitten, anschliessend wird das Huhn flachgedrückt. Diese Methode ist auch praktisch bei der Zubereitung in der Pfanne und im Ofen. Die Hautseite kann kräftig angebraten werden und wird schön knusprig. Allerdings braucht man dazu eine grosse, ofenfeste Bratpfanne, am besten aus Eisen. Zum Backen im Ofen kann das Poulet auf ein Gemüsebett gelegt werden und nimmt durch die grosse Auflagefläche viel Geschmack auf. Eine Peperonata passt da sehr gut und gibt auch gleich eine gute Beilage zum knusprigen Poulet.

Tipps: Die indische Gewürzmischung Garam Masala passt sehr gut zu Geflügel, auch eine eigene Mischung mit Paprika und Pfeffer passt aber ebenso.

Mit dem Einpinseln der Haut mit wenig Salzlake nach ca. 5 Minuten Backzeit, wird sie noch etwas knuspriger.

Zutaten (2 Portionen)

1	Poulet ca. 900g
1Tl	Garam Masala
2El	Sonnenblumenöl
1-2Tl	grobes Meersalz
1/2Tl	Salz
4cl	warmes Wasser
2El	Bratbutter
2	Peperoni, rot und gelb, ca. 400g
80g	rote Zwiebel
2	Knoblauchzehen
2-3cm	Peperoncini
3	Rosmarinzweige

2EL Sultaninen
5cl kräftige Hühnerbouillon
1El Sonnenblumenöl

Zubereitung

Die Karkasse mit einer Geflügelschere beidseits des Rückgrats vom Hinterteil her durchschneiden. Poulet aufklappen und umdrehen. Die Brust mit kräftigem Druck flachdrücken, das löst den Brustknochen von den Rippen. Poulet wieder umdrehen und den Brustknochen mit einem Messer herauslösen.

Garam Masala mit Sonnenblumenöl vermischen, Huhn beidseitig damit einpinseln und danach mit Meersalz bestreuen.

Peperoni vierteln, den Stielansatz wegschneiden, die Kerne herausklopfen und die weissen Häutchen herausschneiden. Peperoni zu schmalen Streifen schneiden. Zwiebel längs zur Schale halbieren und zu Streifen schneiden. Knoblauchzehen zu dünnen Scheiben schneiden. Peperoncino halbieren, die sehr scharfen Kerne herausschaben und die Schote zu kurzen, schmalen Streifchen schneiden.

Zwiebel und Knoblauch in Sonnenblumenöl ca. 3 Minuten andünsten. Peperoni, Rosmarinzwige, Peperoncino und Sultaninen zugeben und 5 Minuten mitdünsten. Bouillon zugießen und 10 Minuten offen köcheln lassen.

Reichlich Bratbutter in der Bratpfanne bis zum Rauchpunkt erhitzen. Huhn mit der Hautseite nach unten in die Pfanne legen und braten bis die Haut schöne Bratspuren zeigt. Huhn umdrehen und ca. 2 Minuten weiterbraten.

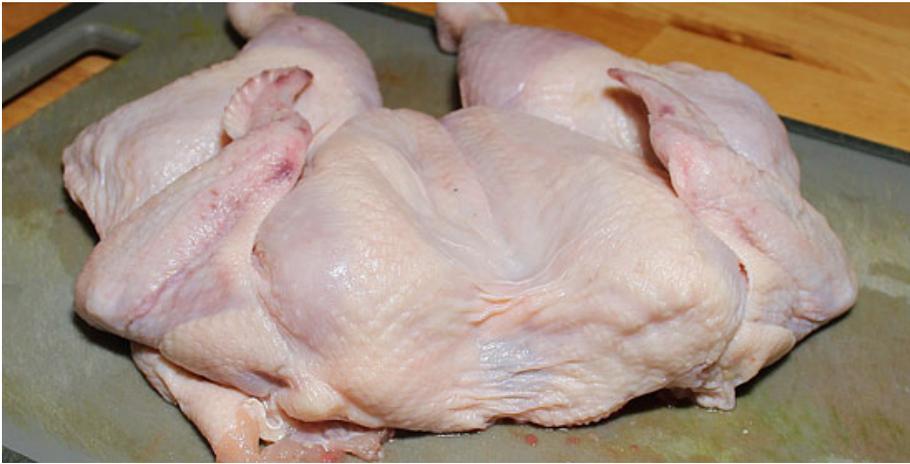
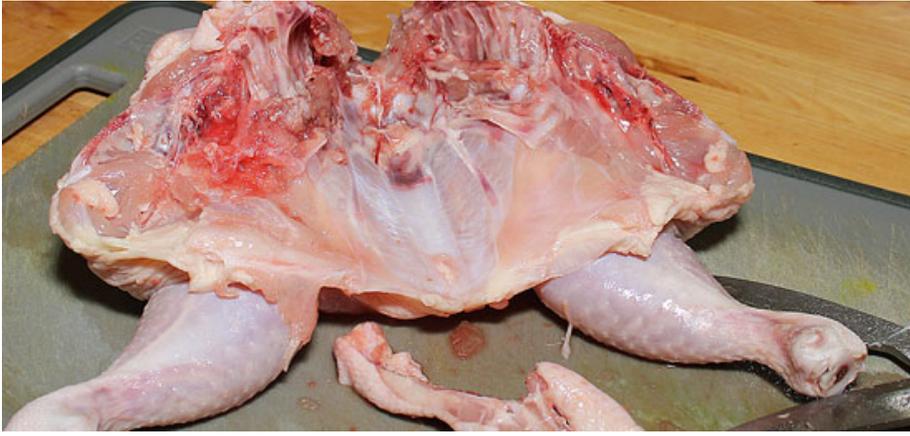
Ofen mit Oberhitze und Grill auf 200° vorheizen. 1/2Tl Salz in wenig warmem Wasser auflösen.

Huhn aus der Pfanne nehmen, flüssiges Fett abgiessen. Peperonata in die Pfanne geben und das Huhn mit der Hautseite nach oben darauf legen.

In die Mitte des Ofens einschieben und 12 Minuten überbacken. Nach 5 Minuten die Haut mit der Salzlake einpinseln. Ofentemperatur auf 250° erhöhen und weitere 5 Minuten backen.

Poulet längs halbieren und zusammen mit der Peperonata anrichten.





Poulet umdrehen und flachdrücken



Brustbein herauschneiden





