

GOLD-Hähnchen

- Rotkohl-Salat, Pommes und Currymayonnaise -

Zutaten:

1	Bauernhofhähnchen	200g	Schmand
4 EL + 1/4 l	Olivenöl, mild	3 EL	Zitronensaft
Salz, Pfeffer, Edelsüßpaprika		800g	Kartoffeln, groß
1	Rotkohl, (ca. 750g)	1,5l	Öl zum Frittieren
2	Karotten	1	Ei
2	Äpfel	1 TL	Senf
2	Zwiebeln	1/2 TL	Currypulver
6	Stiele Petersilie	Backpapier	

Zubereitung:

Für das Hähnchen: Hähnchen halbieren. Dann gründlich waschen, trocken tupfen. Mit der Schnittfläche auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen. 4 EL Olivenöl, ca. 1 TL Salz, 1/2 TL Pfeffer und 1 EL Paprika verrühren. Hähnchen mit dem Würzöl einstreichen. Im vorgeheizten Backofen (E-Herd: 200°C – Umluft: 175°C) ca. 1 1/2 Stunden braten.

Für den Rotkohl-Salat: Rotkohl putzen, waschen, vierteln und den Strunk entfernen. Kohl fein hobeln und mit 1 TL Salz und etwas Pfeffer in einer großen Schüssel gut durchkneten. Möhren schälen, waschen und grob raspeln. Äpfel waschen, vierteln, entkernen und grob raspeln. Zwiebeln schälen, halbieren und in feine Streifen schneiden. Petersilie waschen und hacken. Vorbereitete Zutaten zum Kohl geben. Schmand und Zitronensaft zufügen. Alles mischen und durchziehen lassen.

Für die Pommes: Kartoffeln schälen, waschen, in dicke Stifte schneiden und in kaltes Wasser legen. Frittieröl in einem weiten Topf auf ca. 150°C erhitzen. Kartoffelstifte gut trocken tupfen und im heißen Öl portionsweise ca. 4 Minuten vorfrittieren. Auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Für die Mayonnaise: Ei trennen. Eigelb, Senf und 2-3 EL lauwarmes Wasser in einen hohen Rührbecher geben und mit der Quirlscheibe des Stabmixers gut verrühren. Unter ständigem Rühren 1/4l Olivenöl im dünnen Strahl zugießen und mixen, bis die Mayonnaise dickcremig ist. Mit Curry, Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Pommes: Frittieröl auf ca. 170°C erhitzen. Pommes darin portionsweise je 3 – 4 Minuten knusprig frittieren. Abtropfen lassen, mit Salz und etwas Paprika würzen. Krautsalat mit Salz & Pfeffer abschmecken.

Alles anrichten.