

Mediterranes Hühnchen-Ragout mit wenigem Pfiff

Zutaten:

250 g Spaghetti, Prise Salz, 300 g Hühnerbrust, 1 EL mildes Paprikapulver, 2 rote Zwiebeln, 1 Knoblauchzehe, 4 EL Olivenöl, 1 rote Paprika, 200 g kleine Kräutersaitlinge, 780 g Tomaten in Stücken mit Kräutern, 150 ml Rotwein, 2 EL Rotweingelee (für die, die gerne mehr Pfiff wünschen, empfehlen wir 2 EL Vinchili und 1 EL BaVenicum), 1 Lorbeerblatt, 1 TL brauner Zucker, 50 g Rucola, 1 handvoll Basilikum, 50 g frisch geriebener Parmesan

Zubereitung:

Spaghetti nach Packungsanleitung kochen. Hühnerbrust in 1 cm breite Stücke schneiden, mit Paprikapulver bestreuen. Zwiebeln in Streifen, Knoblauch sehr fein schneiden. Backofen auf 60°C vorheizen. Die Hälfte des Olivenöls in einer großen Pfanne erhitzen. Fleisch von allen Seiten 5 Min. anbraten. Paprika in kleine Würfel und Pilze in Scheiben schneiden. Fleisch aus der Pfanne nehmen, leicht salzen und im Backofen warm halten. Restliches Olivenöl in die Pfanne geben, Paprika und Pilze zufügen. 5 Min. bei mittlerer Hitze anbraten, dabei die Pfanne immer wieder schwenken. Mit Tomatenstücken und Rotwein ablöschen. Nun das Rotweingelee (bzw. die pfiffigere Variante) unterrühren. 10 Min. mit dem Lorbeerblatt auf kleiner Flamme einköcheln lassen. Das Lorbeerblatt entfernen. Fleisch und Fleischsaft zugeben. Mit Zucker und etwas Salz abschmecken. Rucola auf Teller verteilen. Die Spaghetti und das Ragout darauf anrichten. Mit Basilikum und Parmesan bestreut servieren.

Guten Appetit!



Rezept Nr. 50

Mediterranes Hühnchen-Ragout mit wenigem Pfiff

Heute schon geliebt?
Pfiffige Rezept-Ideen mit Wein-Gelee

