

*Bauernmarkt im Internet:
www.bauernmarkt-olpe.de*

Probieren Sie mal das...

Rezept des Monats Juni 2008

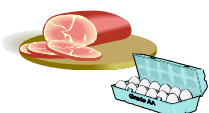
Olper Hähnchen, mediterran

- Zutaten:**
- 1 Hähnchen (4 Pers.)
 - 3 Zweige Rosmarin
 - 3 Zweige Salbei
 - 3 Zweige Thymian
 - 4 Knoblauchzehen
 - 2 Chilischoten
 - 1 unbehandelte Zitrone
 - Salz, Pfeffer
 - 100 ml Olivenöl



Zubereitung:

1. Hähnchen waschen, trocken tupfen und in Stücke schneiden. Kräuter hacken. Knoblauch schälen und fein hacken. Chili entkernen und ebenfalls fein hacken. Zitrone waschen und halbieren. Eine Hälfte auspressen.
 2. Saft, Kräuter, Knoblauch, Chili, Salz, Pfeffer und Öl verschlagen. Hähnchenteile damit einstreichen und 2 Stunden zugedeckt marinieren.
 3. Zweite Zitronenhälfte in Scheiben schneiden, mit Hähnchen und Marinade auf der Fettpfanne verteilen und im heißen Ofen (200° / 175° Umluft) gut 1 Stunde braten. Mit Kräutern garniert servieren. Frisches Bauernbrot oder Baguette dazu reichen.
- Dazu schmeckt ein trockener leichter Rotwein, z.B. ein Trollinger mit Lemberger aus Württemberg.



Guten Appetit !

