



REZEPT DES MONATS Februar 2015

Hähnchen auf buntem Wintergemüse

ZUBEREITUNG

1. Kartoffeln waschen. Paprikaschoten entkernen und in große Stücke schneiden.

Zucchini in 2 cm dicke Scheiben schneiden. Zwiebeln achteln. Knoblauchzehen schälen. Kräuter abspülen.

2. Backofen auf 200 °C vorheizen. Die Fettpfanne mit Backpapier auslegen.

Die Kräuterzweige darauflegen. Das Gemüse und die Kartoffeln mit Ausnahme des Knoblauchs bunt gemischt darauf verteilen. Alles gut mit Öl beträufeln.

3. Das Hähnchen in Stücke schneiden, salzen und pfeffern und in Olivenöl kräftig anbraten. Zwischen das Gemüse legen. Alles auf der mittleren Schiene des vorgeheizten Ofens etwa 45 Minuten garen.

4. Etwa 15 Minuten vor Ende der Garzeit den Knoblauch auf das Blech geben. Nach dem Garen Gemüse und Hähnchen mit grobem Meersalz bestreuen.

Dazu schmeckt Fladenbrot und als Getränk ein trockener Rotwein.

ZUTATEN (FÜR 4 PERSONEN)

- 400 g sehr kleine Kartoffeln
- je 1 rote und gelbe Paprikaschote
- 2 kleine Zucchini
- 2 rote Zwiebeln
- 6 große Knoblauchzehen
- 3 Zweige Thymian
- 3 Zweige Rosmarin
- 1 Hähnchen
- Salz, Pfeffer
- 125 ml Olivenöl
- grobes Meersalz



REZEPT DES MONATS Februar 2015

Weißer Bohnen mit frischer Bratwurst

ZUBEREITUNG

1. Am Vortag die Bohnen über Nacht in 2 l kaltem Wasser einweichen.

2. Am nächsten Tag Knoblauch schälen und hacken. Salbei waschen, trocken tupfen, Blättchen abzupfen.

Bohnen mit Salbeistielen und Hälfte Knoblauch in reichlich Wasser aufkochen. Zugedeckt ca. 1 ½ Stunden weich köcheln. Ca. 15 Minuten vor Ende der Garzeit die Bohnen mit Salz und Pfeffer würzen.

3. Würste mehrmals einstechen. Öl in einem Schmortopf erhitzen. Würste darin rundherum ca. 5 Minuten braten. Salbeiblätter und übrigen Knoblauch kurz mitbraten. Tomaten samt Saft zugeben, etwas zerkleinern und aufkochen. Zugedeckt ca. 10 Minuten köcheln.

4. Bohnen abgießen und zu den Tomaten geben. Alles ca. 10 Minuten weiterköcheln. Mit Salz, Pfeffer und 1 Prise Zucker abschmecken.

Dazu schmeckt Fladenbrot oder Ciabatta und als Getränk ein trockener Rotwein.

ZUTATEN (FÜR 4 PERSONEN)

- 350 g getr. weiße Bohnen
- 2 Knoblauchzehen
- 1 kleines Bund Salbei
- Salz, Pfeffer
- Zucker
- 4 frische Bratwürste
- 2 EL Olivenöl
- 1 Dose (850 ml) Tomate