Poulet-Tajine mit Oliven

Zutaten für 4 Personen

Schwierigkeitsgrad:

60 Min. Zubereitungszeit:

Menu: <u>07.12.2016</u>

Creation: Stefan Würsch / Kurt Kaufmann

ZUTATEN:

8 Pouletoberschenkel Salz und Pfeffer aus der Mühle 12 entsteinte, grüne Oliven

1 Bio Zitrone 40 gr Butter

1 grosse Zwiebel, gehackt

1 Knoblauchzehe, gepresst (freiwillig)

1/2 TL Ingwerpulver 1/2 TL Kurkima

100 ml Bouillon

1 Päckchen Safran

1 EL Koriander, gehackt (freiwillig)

1 EL grossblättriger Peterli, gehackt

ZUBEREITUNG:

Pouletschenkel enthäuten und mit Salz und Pfeffer aus der Mühle würzen.

Oliven mit warmem Wasser waschen. Von der Zitrone das Fruchtfleisch entfernen

(es wird nur die Schale benötigt) und klein schneiden. In lauwarmes Salzwasser einlegen.

Bratpfanne erhitzen, Butter dazugeben und die gehackten Zwiebeln (und Knoblauch)

darin langsam dünsten, bis sie leicht braun sind, die gewürzten Pouletschenkel dazugeben und kurz anbraten.

Ingwerpulver, Kurkuma und Safran immd der Bouillon auflösen und dazugeben, mit etwas

Salz, Pfeffer aus der Mühle würzen und zugedeckt ca. 20 Minuten auf kleinster Flamme garen. Das Fleisch zwischendurch wenden und falls nötig etwas Wasser nachgiessen.

Nach 20 Minuten Oliven und Zitronen (ohne die Salzflüssigkeit) daruntermischen und

nochmals 15-20 Minuten garen.

Am Schluss (Koriander) und Petersilie darüberstreuen, abschmecken und mit

(Fladenbrot) oder Couscous servieren.

1/1