

Huhn mit Backpflaumen und

Huhn mit Backpflaumen und

Zutaten (für 4 Personen)

Schwierigkeitsgrad: einfach

Zubereitungszeit: 70 Minuten

Menu: [21.10.2020](#)

Creation: [Marco Beng](#)

Thema: Marokkanisch/Persisch

Zutaten für ca. 12 Portionen:

5,5 El Olivenöl
2,2, Kg Hähnchenbrustfilet
1 lt Hühnerbrühe
8 Tomaten
Salz/Pfeffer
350 gr. Backpflaumen
350 gr. Datteln
3 El Honig (flüssiger)
3 El Ingwer, frisch gerieben
200 gr. Rosinen(oder Korinthen)
3 Prisen Kurkuma
2 Beutel Safran
420 ml Wasser
sesam geröstet
3 Stangen Zimt

Zubereitung:

Tomaten überbrühen, häuten und in Stücke schneiden.

Das Öl in einem Topf erhitzen und die Hähnchenbrust darin bräunen. Zimtstange, Tomaten, Brühe, Salz und Pfeffer hinzugeben.

Den Topfinhalt erhitzen bis er gerade kocht, dann zugedeckt etwa 30 Minuten vorsichtig köcheln lassen, gegen Ende der Garzeit den Deckel abnehmen.

In der Zwischenzeit die Backpflaumen mit Honig, Datteln, Ingwer, Rosinen, Kurkuma und Safran 15 Minuten im Wasser garen, bis sie weich sind.

Die Hühnerbrust in eine vorgewärmte Servierschüssel geben und warm stellen.

Die Garflüssigkeit etwas einkochen lassen. Die Pflaumenmischung dazu geben und beides etwa 1 Minute erhitzen.

Über die Hühnerbrust gießen und den gerösteten Sesam reichlich darüber streuen.

Dazu passt ein Couscous-Salat hervorragend.