



KOCHMOMENTE

DEINE KOCHSCHULE.

Rezept TELEGRAPH #52

Klassischer Minz-Couscous mit Safran—Joghurt—Dip und geschmorte Hühnerkeulen

Zutaten für 4 Portionen

1 getrocknete Chilischote, ½ TL Korianderkörner, ½ TL Kreuzkümmelsamen
½ TL weiße Pfefferkörner (im Mörser zerstoßen), ½ TL Paprikapulver (edel-süß),
½ TL gem. Zimt, TL Zitronensalz (feines Meersalz, mit Bio-Zitronenabrieb vermischt)
1EL Olivenöl, 4 Hähnchenkeulen (à ca. 300 g), 10 Datteln, 60 g Oliven,
400 ml Geflügelbrühe, 2 EL Milch, 1 Döschen Safran (0,1 g), 1 Knoblauchzehe,
250 g Joghurt, 1-2 EL Limettensaft, 200 g Couscous (instant), Salz, 1 Handvoll Minze

Zubereitung

Backofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze heizen. Chili, Koriander, Kreuzkümmel und Pfeffer fein mörsern. Mit Paprika, Zimt, Zitronensalz und Öl verrühren. Fleisch abbrausen, trocken tupfen, mit dem Würzöl einreiben.

Datteln halbieren und entsteinen. Die Oliven abtropfen lassen. Die Hähnchenteile auf einem tiefen Backblech verteilen, Oliven und Datteln dazugeben, Brühe angießen.

Alles im Ofen ca. 50 Minuten schmoren lassen.

Inzwischen Milch erhitzen, Safran einrühren. Neben dem Herd ca. 10 Minuten ziehen lassen.

Knoblauch schälen, sehr fein würfeln und zur Milch geben..

Joghurt dazugeben, alles glatt rühren und mit Limettensaft Salz & Pfeffer abschmecken.

Couscous mit ¼ TL Salz mischen, mit 200 ml kochendem Wasser übergießen und ca. 10 Minuten ausquellen lassen. Minze-blätter abzupfen, grob zerschneiden und unter den Couscous mischen. Hähnchen mit Joghurtsauce und Couscous servieren.

Guten Appetit!