



Maike Eggers

Hähnchenkeulen mit westafrikanischem Jollof-Reis, mildem Erdnuss-Dip und Harissa

Zutaten für zwei Personen

Für den Jollof-Reis:

160 g Jasminreis
 ½ Süßkartoffel
 100 g Romatomen
 1 Maniok
 2 Karotten
 2 Zwiebeln
 1 Knoblauchzehe
 100 g passierte Tomaten aus der Dose
 2-3 EL Tomatenmark
 250 ml Rinderfond
 250 ml Hähnchenfond
 1 Habanero
 Pflanzenöl, zum Braten
 Thymian
 Lorbeerblatt
 2-3 TL Paprikapulver
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Ofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Reis waschen. Süßkartoffel schälen und in Würfel kleinschneiden. Romatomen, Maniok und Karotten waschen, trockentupfen, schälen und in kleine Würfel schneiden. Zwiebeln und Knoblauch abziehen und kleinschneiden. Habanero kleinwürfeln.

Etwas Öl in einer großen Pfanne erhitzen und Zwiebeln, Knoblauch, Habanero, Süßkartoffel, Tomaten, Karotten und Maniokwürfel anbraten und nach ca. 3 Minuten das Tomatenmark unterrühren und etwas mitbraten.

Nach etwa 5 Minuten den noch rohen Reis mit hinzugeben und ebenso kurz in der Pfanne mit anbraten.

Tomatenstücke und den Fond nach und nach dazugeben und bei geringer Hitze köcheln lassen, bis der Reis die Flüssigkeit aufgenommen hat und gar ist. Kurz vor Ende der Garzeit Paprikapulver, Thymian und Lorbeerblatt hinzufügen und kräftig mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Hähnchenkeulen:

2 kleine Hähnchenkeulen
 ½ Tomatenmark
 1 Zweig Rosmarin
 ½ TL Honig
 4 EL Sonnenblumenöl
 1 EL edelsüßes Paprikapulver
 1 TL Chilipulver
 ½ EL Currypulver
 ½ TL Knoblauchgranulat
 Salz, aus der Mühle

Aus dem Öl und Tomatenmark, Rosmarin, Honig, Paprikapulver, Chili, Curry, Knoblauch und Salz eine sämige Paste herstellen. Keulen gründlichen waschen und abtupfen. Mit der Paste einpinseln, die Schenkel auf ein Blech legen und 25 Minuten garen lassen. Garzeit ist hierbei abhängig von der Größe der Keule.

Für den Erdnuss-Dip:

150 g cremige Erdnussbutter
 1 EL crunchy Erdnussbutter
 1 Orange
 1 Limette
 ½ Knoblauchzehe
 160 ml Geflügelfond
 1 TL Honig
 Salz, aus der Mühle

Orange und Limette waschen und trockentupfen. Limette halbieren, auspressen und Saft auffangen. Knoblauch abziehen und durch eine Presse drücken. Cremige und stückige Erdnussbutter mit Fond, Honig und Knoblauch verrühren und bei geringer Wärmezufuhr langsam unter Rühren erhitzen. Sobald eine cremige Masse entstanden ist, mit etwas Salz, Orangenzesten und 2 EL Limettensaft abschmecken.

Für die Harissa:

10 g getrocknete Chilischoten

Einen kleinen Topf mit Wasser aufsetzen. Chilis und Peperonischole etwas zerbröseln, mit kochendem Wasser übergießen und circa 15

5 g getrocknete rote Peperonischote	Minuten quellen lassen. Danach das Wasser mithilfe eines Siebes abgießen.
1 große Knoblauchzehe	
1 EL passierte Tomaten	Passierte Tomaten, Kreuzkümmel, Oregano, Curry und Salz miteinander vermahlen. Knoblauchzehe abziehen, sehr klein schneiden und mit dem Olivenöl zu den Chilis geben und das Ganze mit einem Pürierstab pürieren.
1 TL Kreuzkümmel	
1 TL Oregano	
½ TL Curry	
4 EL Olivenöl	
½ TL Salz	

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.