

REZEPT



BAHARAT-HÄHNCHENSCHENKEL MIT ORIENTALISCHEM REIS & ZITRONENJOGHURT

BIO BAHARAT N° 719



RIMOCO GEWÜRZMANUFAKTUR

www.rimoco.de



ZUTATEN

4 PORTIONEN

KOCHZEIT | 60 MIN.

VORBEREITUNG | 30 MIN.

HÄHNCHEN

8 Hähnchenschenkel
6 Knoblauchzehen
1,5 TL Bio Baharat N°719
2 EL Olivenöl
3 TL Honig
3 Rote Zwiebeln
1,5 Zitronen
Salz, Pfeffer, Olivenöl

REIS

250 g Basmatireis
2 EL Olivenöl
2 EL Korinthen
1 EL Butter
8 Bio Grüne Kardamom-
kapseln N°902
500 ml Wasser
150 g geröstete Pistazien
Salz

JOGHURT

400 g Griechischer Joghurt
Schale von 2 Bio Zitronen
Saft von 1/2 Zitrone
Bio Zitronensalz N°275

ZUM GARNIEREN

Gehackte Minze, Petersilie

ZUBEREITUNG

1. Knoblauch schälen & pressen. Mit etwas Salz, Baharat, Olivenöl, Honig verrühren. Hähnchenschenkel mit der Paste einreiben, in eine Schüssel geben. Mind. 30 Min. ziehen lassen. Ofen auf 200°C vorheizen.

2. Zwiebeln schälen, & achteeln. Zitronen heiß abwaschen, in Spalten schneiden.

3. Hähnchen, Zwiebeln & Zitronen in eine Ofenform geben. Mit Olivenöl beträufeln, 200 ml Wasser angießen, salzen & pfeffern.

4. Ofenform mit Backpapier für 30 Min. in den Ofen schieben. Backpapier entfernen. Hähnchenschenkel weitere 30 Min. knusprig backen.

5. Währenddessen Reis in ein Sieb geben, gut abwaschen. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, Korinthen, Kardamom kurz darin anrösten. Reis unterrühren.

6. Wasser in die Pfanne gießen, Salz hinzugeben. Reis abgedeckt bei mittlerer Hitze ca. 15-20 Min. garen. Danach Herd ausschalten. Gehackte Pistazien unterheben. Reis weiter ziehen lassen.

7. Joghurt, Zitronenabrieb, Zitronensaft verrühren. Mit Zitronensalz abschmecken.

8. Hähnchen, Zwiebeln, Zitronen auf dem Reis anrichten, gehackte Kräuter darüber streuen und mit Zitronenjoghurt servieren.