

Coq au vin

Zutaten für 4 Personen

Zubereitungszeit 45 Minuten

Schwierigkeit normal

Zutaten

- 1 Knoblauchzehe
- 4 Maishuhnbrüste
- 600 g Frisches Gemüse (Karotten, Staudensellerie, Kohlrabi, Zucchini, Steckrüben, Tomaten)
- 2 Rote Zwiebeln
- 2 Scheiben Speck
- 250 ml Rotwein
Thymian, Rosmarin, Senfsaat, Pfeffer, Piment
Condimento Bianco (alternativ Sekt oder Weißwein)
Salz, Pfeffer
- 400 g Kleine Kartoffeln (Drillinge)
Olivenöl
Rauchpaprika Würzöl
frische Kräuter zum Dekorieren



Zubereitung

Einen Bräter mit reichlich Kokosöl erhitzen. Zwei Knoblauchzehen dazugeben. Die Maishuhnbrust kurz scharf von beiden Seiten anbraten. Anschließend aus dem Bräter nehmen und zur Seite stellen. Einen Teil des Gemüses (Karotten, zwei rote Zwiebeln, Staudensellerie und Kohlrabi) in grobe Stücke schneiden und in den Bräter geben. Den Speck in Scheiben mitbraten. Anschließend alles mit 1/4 l Rotwein übergießen. Thymian, Rosmarin und die Gewürze (Senfsaat, Pfeffer, Piment) in ein Teesieb geben und diese dann zum Gemüse hinzufügen. Etwas einkochen lassen, dann das Sieb wie der herausnehmen. Die Maishuhnbrust mit Salz und frischem Pfeffer bestreuen und auf das Gemüse in den Bräter geben. Im Ofen bei ca. 180 °C Ober- und Unterhitze 20-30 Minuten backen. Zeitgleich kann das restliche Gemüse zubereitet werden. Kohlrabis schälen und mit einer Steckrübe, Karotten und Zucchini in gleich große etwa fingerspitzen-große Würfel schneiden. Die Steckrübe wird zuerst bei höchster Temperatur mit Salz und Zucker in einem Topf geschmort. Mit Condimento Bianco Essig (alternativ kann hier auch Sekt oder Wein verwendet werden) übergießen, damit sie nicht anbrennt. Nach ca. 3 Minuten das restliche Gemüse dazugeben und so lange schmoren, bis es die gewünschte Konsistenz erreicht hat. In der Zwischenzeit die Kartoffeln in leicht gesalzenem Wasser kochen. Während des Schmorens können die Tomaten in kleine Stücke geschnitten werden und ebenfalls in den Gemüsetopf gegeben werden. Mit einem guten Schuss Rauchpaprika Würzöl abschmecken. Das Gemüse ist nun bereits servierfähig. Kartoffeln auf 3/4 Hitze in einer Pfanne mit Olivenöl kurz goldbraun braten. Bei den Kartoffeln ist es wichtig, dass diese nicht beschädigt werden, damit sie innen saftig bleiben und das Öl nicht hinein zieht. Für die Soße die

Maishuhnbrüste aus dem Bräter nehmen. Das Gemüse zusammen mit dem Bratensaft pürieren und mit Rauchpaprika Würzöl, Pfeffer und Salz abschmecken. Zum Anrichten auf jedem Teller eine Maishuhnbrust, Gemüse, Kartoffeln und etwas Soße geben. Mit frischen Kräutern bestreuen.