

Frisch gekocht
Freitag, 2. Juni 2017



Rezept von Andreas Wojta

Italienisches Hendl mit Paradeisern und Polenta

45 Minuten/ aufwendig



Zutaten für 4 Personen

1 Huhn (ca. 1 kg); 250 g Pelati-Paradeiser (klein würfelig), 6 Schalotten (fein geschnitten), 2 Knoblauchzehen (fein geschnitten), 1 TL Zucker, 2 EL Ketchup, 125 ml Weißwein, 1 Zweig Rosmarin, 1 Zweig Thymian, Olivenöl, Salz.

Für die Polenta: 200 ml Hühnersuppe, 100 ml Milch, 70 g Polentagrieß, 2 EL geschlagenes Obers, 3 EL geriebener Parmesan, Salz.

Zubereitung

Das Huhn in Stücke teilen und mit Salz würzen.

In einem Schmortopf in etwas Öl die Hühnerstücke rundum scharf anbraten, danach aus dem Topf nehmen.

Im Bratenrückstand Schalotten und Knoblauch anrösten, Zucker und Ketchup zufügen, mit Weißwein ablöschen und die Paradeiser beimengen, aufkochen und die Hühnerstücke wieder einlegen. Rosmarin und Thymian zufügen und zugedeckt im Rohr bei 180 °C in etwa 40 Minuten weich schmoren.

Den Polentagrieß lindern (ohne Fett erhitzen, bis der Grieß duftet), dann mit Suppe und Milch aufgießen, auf kleiner Hitze weich dünsten. Vor dem Servieren mit Schlagobers und geriebenem Parmesan vollenden, mit Salz abschmecken.

Das Hendl mit der Paradeisersauce und der Polenta auf Tellern anrichten.