

„Silvia kocht“ - wochentags um 14.00 Uhr in ORF 2

Fotocredit: Simeon Baker



Weingartenhendl mit Ofengemüse und Salat

Koch: Dietmar Sillyr

Zutaten

(4 Personen)

- 1 Henderl mit ca. 1 bis 1,5 kg
- 1 Lorbeerblatt
- 1 TL gemahlener Kümmel
- 1 EL edelsüßes Paprikapulver
- Salz
- Pfeffer aus der Mühle
- 1 EL Schweineschmalz
- 200 g beliebiges Ofengemüse
- Meersalz

Für den Salat

- Grüner Häuptelsalat
- Paradeiser
- Schnittlauch
- Rote Senfsprossen
- Erbsensprossen
- 30 ml Kernöl
- 100 ml Apfelessig
- Meersalz

Zubereitung

Das Henderl waschen und trockentupfen. Für die Gewürzmischung alle Zutaten miteinander vermengen und das Huhn damit kräftig innen und außen einreiben. Lorbeerblatt in den Bauchraum des Huhns geben. Das Backrohr auf 180 °C vorheizen. In einer passenden Bratpfanne 1 großen EL Schweineschmalz geben.

Hendl mit der Brustseite nach unten einlegen und ca. 20 Minuten im Backrohr braten. Wenden und etwa 1 ¼ Stunden fertig braten. Währenddessen häufig mit Bratensatz übergießen.

Ofengemüse in grobe Stücke schneiden und in eine Pfanne geben. Mit Rosmarin würzen und 1 großen EL Schweineschmalz dazu geben.

Im vorgeheizten Backrohr (180 °C) ca. 35 Minuten backen. Vor dem Servieren mit Meersalz würzen.

Von den Paradeisern den Stielansatz entfernen und in Scheiben oder Spalten schneiden. Blattsalat gut waschen, abtropfen lassen und zuputzen.

Gegebenenfalls in mundgerechte Stücke reißen, in eine Salatschüssel geben und die geschnittenen Paradeiser, sowie die restlichen Zutaten zugeben. Mit der vorbereiteten Marinade (Kernöl mit Apfelessig und Meersalz vermengen) sanft durchmischen. Etwas ziehen lassen, dann mit frisch gehacktem Schnittlauch bestreuen.