Harissa-Poulet mit Oliven und Kichererbsen

Rezept von V-ZUG AG



Zubereitung	45 Min.
Garzeit	1 Std.
Portionen	4
Gerät	Combair HSE ab 2015

Harissa-Poulet

800 g Poulet-Oberschenkel, ohne Knochen, ohne Haut

2 Knoblauchzehen

150 g Oliven, Taggiasca, ohne Stein

2 EL Harissa-Paste

1 EL Rohrzucker

Salz

Pfeffer

Alle Zutaten in eine Schüssel geben. Poulet marinieren und würzen.

Garraum auf 160 °C mit Heissluft feucht (vor)heizen

1 Dose Kichererbsen, ca. 400 g

2 Zitronen

400 g Dattel-Cherrytomaten

Kichererbsen in die Porzellanform geben und mariniertes Poulet daraufgeben.

Zitronen halbieren und in die Porzellanform geben. Tomaten zum Schluss darübergeben. Form auf den Gitterrost in den vorgeheizten Garraum geben. Garen.

Gargut einschieben

Heissluft feucht 160 °C während 1 Std.

Poulet aus dem Garraum nehmen. Karamellisierte Zitronen aus der Form nehmen und über das Poulet pressen.

Zitronen-Gremolata

50 g Petersilie, glattblättrig

1 Zitrone

2 Knoblauchzehen

Für die Gremolata Zitronenschale abreiben und Zitrone auspressen. Knoblauch schälen und pressen. Petersilienblätter von den Stielen zupfen und fein hacken. 1 EL Zitronenabrieb, 1 EL Zitronensaft, Knoblauch und Petersilien mischen.

Zitronen-Gremolata zum Poulet servieren.

Zubehör

Porzellanform ½ GN, Höhe 65 mm

Gitterrost

Zusätzliche Informationen

Erstellt am	25.02.2020