



Huhn mit Okraschoten

Zutaten für 4 Portionen:

- + 1 küchenfertiges Brathuhn (etwa 1,2 kg)
- + Salz
- + schwarzer Pfeffer, frisch gemahlen
- + 100g Frühlingszwiebeln
- + 400g Tomaten
- + 600g möglichst kleine Okraschoten
- + 2 EL Weinessig
- + 4 EL Olivenöl
- + 1/8 l trockener Weißwein

Zubereitungszeit: 40 Min

(+ 40 Min. Garen)

- 1) Das Huhn außen und innen kalt abspülen, mit Küchenpapier abtrocknen und in 8 Teile schneiden. Diese leicht mit Salz und Pfeffer einreiben.
- 2) Zwiebeln putzen, abspülen und in kurze Stücke schneiden. Tomaten mit heißem Wasser übergießen, häuten,
- 3) vom Kerngehäuse befreien und würfeln. Bei den Okraschoten die Kappen spitz zuschneiden, ohne das Fruchtfleisch zu verletzen. Kaltes Wasser mit Essig in eine Schüssel geben und die Okraschoten hineinlegen.
- 4) In einer Pfanne mit hohem Rand und Deckel Olivenöl stark erhitzen. Hühnerteile rundum goldbraun anbraten, herausnehmen. Zwiebel glasig braten. Tomaten ½ Min. mitschmoren. Wein und ¼ l Wasser unterrühren und aufkochen. Sauce mit Salz und Pfeffer abschmecken und die Hühnchenteile darin verteilen. Zugedeckt bei mittlerer Hitze etwa 20 Min. dünsten.
- 5) Kocht die Sauce zu stark ein, noch 1/8 l heißes Wasser unterrühren, Sauce abschmecken. Okraschoten abtropfen lassen und vorsichtig zwischen die Hühnchenteile betten, so dass sie mit Sauce bedeckt sind.
- 6) Die Schoten bei schwacher Hitze etwa 20 Min. mitdünsten. Gericht nicht umrühren, sonst zerfallen die Okraschoten und die Konsistenz der Sauce verändert sich! Zwischendurch Pfanne nur leicht rütteln. Das Gericht mit frischem Weißbrot servieren.