

Frutigländer
3714 Frutigen
033/ 672 11 33
www.frutiglaender.ch

Medienart: Print
Medientyp: Tages- und Wochenpresse
Auflage: 3'979
Erscheinungsweise: 2x wöchentlich

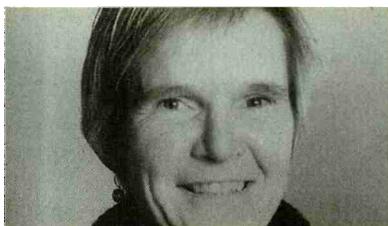


Themen-Nr.: 540.020
Abo-Nr.: 1095510
Seite: 6
Fläche: 17'452 mm²

REZEPT-ECKE

Den Köchen über die Schulter geschaut.

Heute stellt **Erika Hänni**, Bäuerin aus Reichenbach i.K., Köchin und Gastgeberin bei SWISS TAVOLATA.ch eines ihrer Lieblingsrezepte vor.



Poulet à l'ail / Knoblauch-Huhn

FÜR 4 PERSONEN

Zutaten

2 kleine oder 1 grosses Poulet
Salz
Schwarzer Pfeffer
Rosmarin- und Thymianzweige
8 Salbeiblätter
1 Bund Petersilie
40 grosse Knoblauchzehen ungeschält
(ca. 250 g)
1 dl Olivenöl

Croutons

1 Pariserbrot
ca. 1 dl Olivenöl

Zubereitung

Poulet innen und aussen salzen und pfeffern. Die Kräuter in den Bauch füllen.

Die Knoblauchzehen nur voneinander lösen, jedoch ungeschält belassen.

Das Olivenöl in ein Bratgeschirr mit gut schliessendem Deckel geben. Die Knoblauchzehen auf dem Boden verteilen und Poulet darauflegen. Den Deckel aufsetzen. Den Bräter auf die zweitunterste Rille des auf 180 Grad vorgeheizten Backofens stellen. Garzeit 100 Minuten ohne den Deckel zu öffnen.

Unmittelbar vor Ende der Garzeit das Pariserbrot in Scheiben schneiden und diese in Olivenöl auf beiden Seiten kurz rösten.

Poulet tranchieren. Die Knoblauchzehen dazuservieren. Man drückt sie auf dem Teller aus der äusseren festen Schale und bestreicht damit die Croûtons.

Bei uns gibt es hausgemachten Kartoffelstock und Salat dazu.

Tipp

- Wird Knoblauch in seiner Schale gegart, ist sein Aroma nicht durchdringend, sondern er schmeckt süsslich-würzig.
- Schliesst der Deckel des Bräters schlecht, ein Stück Alufolie zwischen Topf und Deckel klemmen.

