

Ofenkartoffel mit Hähnchenbrust & Rotkrautsalat

Zutaten:

- 4 große Kartoffeln, mehlig kochend
- 2 Hähnchenbrustfilets
- 300 g Naturjoghurt
- 600 g Rotkohl
- 1 Bund frischer Koriander
- 2 Knoblauchzehen
- 2 EL getrocknete Cranberrys
- 6 EL Öl
- 2 TL Pul Biber
- 2 EL Honig
- Ras el Hanout
- 4 EL Reissessig
- Salz & Pfeffer



Zutaten:

Den Ofen auf 240°C erwärmen und die Kartoffeln vorbereiten. Dafür das Öl in eine Schale geben, Ras el Hannout, Pul Biber und etwas Salz hineingeben und verrühren. Die Kartoffeln gründlich waschen und mit einer Messerspitze rund herum einstechen und mit dem Ölgewürz einpinseln. Die Kartoffeln in einer Alufolie einwickeln und in den Backofen geben. Ca 60 – 75 Minuten backen.

In der Zwischenzeit den Rotkohlsalat zubereiten. Dafür den Kohl halbieren und den Strunk entfernen. Den Rotkohl in dünne Streifen schneiden oder mit einer Küchenmaschine hobeln. Den Knoblauch klein schneiden, und die Hälfte des Koriander abzupfen und zusammen mit 1 EL Gewürzöl, den Cranberrys, 1 EL Honig, Reissessig und etwas Salz dazugeben und den Rotkrautsalat mit den Händen etwas durchkneten und mischen. Anschließend kühl stellen und durchziehen lassen.

Die Hähnchenbrustfilets kurz abbrausen und trocken tupfen. Mit dem restlichen Gewürzöl einreiben und in einer heißen Pfanne auf beiden Seiten ca. 5 Minuten anbraten. Zum Schluss die Hitze ausschalten und die Hähnchenbrustfilets mit dem restlichen Honig einpinseln, die Pfanne mit einem Deckel abdecken und das Fleisch ruhen lassen.

Die Kartoffeln aus dem Backofen holen und aus der Alufolie packen und auf einem Teller anrichten. Dabei die Kartoffeln aufschneiden. Den Rotkohlsalat oben auf die Kartoffel geben. Die Hähnchenbrustfilets in Scheiben aufschneiden und dazu geben. Den Joghurt mit Salz und Pfeffer sowie ein Tel Pul Biber anrühren und über die Kartoffeln geben. Den restlichen Koriander kleinhacken und drüber streuen.

