

Knuspriges Bauernhuhn mit Knödeln und Rotkohl

Zutaten für das Huhn (für 4 Personen):

- 1 (aus artgerechter Haltung) Huhn
- 4 Möhren
- 2 Pastinaken
- 4 rote Zwiebeln
- 2 EL Tomatenmark
- 100 ml Tomatensaft
- 100 ml Rotwein-Essig
- 250 ml Hühnerbrühe
- 2 Sternanis
- 2 Lorbeerblätter
- 1 Stück Ingwer
- 1 Bund Thymian
- 1 TL Paprika-Pulver
- 1 TL gemahlener Kreuzkümmel
- 1 TL gemahlener Kardamom
- 2 Zehen Knoblauch
- 1,5 EL Ahornsirup
- Salz
- Pfeffer

Den Ofen auf 180 Grad vorheizen. Das Huhn außen und innen waschen und gut trocknen. Flügel-Enden und die Knorpel an den Keulenden entfernen, überlappende Haut abschneiden und beiseitelegen.

Das Huhn innen und außen salzen. Paprika, Kreuzkümmel und Kardamom vermengen und das Huhn damit einreiben, dann mit Ahornsirup einstreichen. Gemüse und Zwiebeln schälen und in Stücke schneiden.

Oliveöl in einer Bratenform erhitzen und Gemüse, Zwiebeln und Huhn-Abschnitte anbraten. Tomatenmark unter das Gemüse geben und ebenfalls etwas anrösten. Anschließend etwas Tomatensaft dazugeben und einkochen lassen. Mit Essig und Brühe ablöschen. Thymian, Lorbeer, Sternanis und einige Ingwerscheiben hinzufügen. Das Huhn auf das Gemüse setzen und 45-60 Minuten im Ofen garen.

Während der Garzeit nach Belieben etwas Brühe nachgießen. Wenn sich die Keulen leicht vom Korpus trennen lassen und beim Anstechen kein roter Saft mehr austritt, ist das Huhn gar.

Zutaten für die Klöße:

- 1 kg mehligkochende Kartoffeln
- 120 g Stärke
- 1 Handvoll Walnüsse
- 1 Handvoll Haselnüsse
- 1 Handvoll Maronen
- 4 Eigelb
- 1 Prise Salz

Die Kartoffeln am Vortag in der Schale weich kochen. Abkühlen lassen, schälen und über Nacht in den Kühlschrank stellen. Am Tag der Zubereitung durch eine Presse drücken.

Nüsse klein hacken. Kartoffeln mit Eigelb und Kartoffelstärke langsam und vorsichtig vermengen. Dabei nach und nach die

Nüsse unterheben. Den Kartoffelteig nicht zu kräftig kneten, da er sonst leimig wird. Mit Salz abschmecken.

Kochwasser erhitzen und etwas Salz und 1 Prise Stärke hinzufügen. Hände leicht anfeuchten und aus der Masse Klöße formen. Die Klöße ins Wasser geben und kurz unter dem Siedepunkt einige Minuten garen lassen. Wenn sie an die Oberfläche steigen, noch 5 Minuten ziehen lassen. Anschließend abtropfen lassen und servieren.

Zutaten für den Rotkohl:

- 1 kg Rotkohl
- 3 EL Rotwein-Essig
- 3 EL Olivenöl
- 3 EL Ahornsirup
- 0,5 TL gemahlener Zimt
- 2 Sternanis
- 2 Lorbeerblätter
- 1 Bio-Orange
- 1 Stück Ingwer
- 1 TL Salz
- 3 rote Zwiebeln
- 2 Äpfel
- 1,5 EL Apfel-Balsamessig
- zum Anschwitzen: etwas Olivenöl

Rotkohl zunächst beizen. Dazu den Kohl putzen, vierteln und den Strunk herausschneiden. Die Viertel mit einem scharfen Messer oder Hobel in dünne Streifen schneiden und in eine große Schüssel geben. Orangenschale säubern und abreiben, Saft auspressen. Ingwer schälen und würfeln. Mit Rotwein-Essig, Olivenöl, zwei Dritteln des Ahornsirups, Zimt, Sternanis, Ingwer und Salz zum Rotkohl geben. Alles einige Minuten mit den Händen kräftig verkneten, bis die Rotkohlstreifen weich werden und reichlich Saft austritt. Das Kraut nochmals abschmecken, dann mindestens 1 Stunde ziehen lassen.

Äpfel schälen, entkernen und in Stücke schneiden. Zwiebeln ebenfalls schälen und in feine Lamellen teilen. Olivenöl in einem Topf erhitzen und die Zwiebeln anschwitzen. Den Rotkohl mit der Beize hinzufügen. Das Kraut mit Apfel-Balsamessig, dem restlichen Ahornsirup und etwas Salz würzen. Apfelstücke mit dem Rotkohl vermengen, Lorbeerblätter hinzufügen, dann den Topf verschließen und das Kraut 30 Minuten bei milder Hitze schmoren lassen. Vor dem Servieren nochmals mit etwas Süße, Salz und Pfeffer abschmecken.

Vor dem Servieren das Huhn zerteilen und mit den Klößen und dem Rotkohl anrichten. Gemüse und Fond aus der Bratenform ebenfalls dazu reichen.

Sendung/Quelle: Iss besser!

Sendetermin: 08.11.2023

Koch/Köchin: Tarik Rose

Weitere Rezepte und Tipps auf: www.ndr.de/kochen