

Rezept

# Hühnerkeulen mit Paprika und Safranreis

Ein Rezept von Hühnerkeulen mit Paprika und Safranreis, am 28.06.2026

## Zutaten

### Für die Hühnerkeulen:

<b>100 ml</b> Shoyusauce	<b>1 Stück</b> Ingwer (2 cm)
<b>½</b> rote Chilischote	<b>1</b> Bio-Limette
<b>1 EL</b> Reissirup	<b>4</b> Hühnerkeulen
<b>8</b> mittelgroße Schalotten	<b>4</b> Knoblauchzehen
<b>2</b> rote Paprika	<b>1</b> gelbe Paprika
Meersalz	<b>5 EL</b> Olivenöl
<b>6 Stängel</b> Koriandergrün	<b>3 Stängel</b> Thai-Basilikum

### Für den Safranreis:

<b>250 g</b> Basmatireis	<b>½ TL</b> Safranfäden
Meersalz	

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 60 bis 90 min Dauer: 60 bis 90 min

## Zubereitung

1. Für die Hühnerkeulen Shoyu und 100 ml Wasser in einer Schale verrühren. Ingwer schälen. Chili waschen, weiße Trennwände und Kerne entfernen. Beides in feine Würfel schneiden und zugeben. Limette heiß abwaschen, abtrocknen, die Schale abreiben und 1 ½ TL Saft auspressen. Beides mit dem Reissirup in die Marinade rühren. Hühnerkeulen kalt abbrausen, trocken tupfen und in die Marinade legen. Ca. 20 Min. darin ziehen lassen, dabei mehrmals wenden.
2. Inzwischen die Schalotten schälen, halbieren und längs in Streifen schneiden. Knoblauch schälen und in Scheiben schneiden. Paprika waschen, halbieren, weiße Trennwände und Kerne entfernen. Die Hälften nochmals halbieren.
3. Den Backofen auf 180° vorheizen. Die Keulen aus der Marinade nehmen, abtropfen lassen und trocken tupfen. Die Keulen leicht salzen und pfeffern, die Marinade beiseitestellen.
4. Öl in einem Bräter erhitzen und die Keulen darin bei mittlerer Hitze von beiden Seiten goldbraun anbraten. Marinade und 50 ml Wasser zugießen und die Keulen zugedeckt im Ofen (Mitte) 50-60 Min. garen. Dabei nach der Hälfte der Garzeit Schalotten, Knoblauch und Paprika zugeben, ca. 10 Min. vor Ende der Garzeit den Deckel abnehmen.
5. Für den Safranreis den Reis in einem Sieb abspülen, bis das Wasser klar ist. Mit der doppelten Menge Wasser, Safran und 1 TL Salz in einem Topf aufkochen und zugedeckt bei kleiner Hitze ca. 10 Min. garen. Den Herd ausschalten und den Reis ca. 5 Min. ausquellen lassen.

6. Koriandergrün und Basilikum waschen und trocken schütteln. Die Blätter abzupfen, die Stiele fein schneiden. Die Hühnerkeulen aus dem Ofen nehmen und den Garsud mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Keulen mit den Kräutern bestreuen und im Bräter servieren. Den Safranreis dazu reichen.