

Rezept

Huhn mit Feigen und Honig

Ein Rezept von Huhn mit Feigen und Honig, am 09.06.2023

Zutaten

- | | |
|---------------------------------------|--|
| 1 Freilandhuhn (etwa 1,2 kg) | ½ Bund Koriandergrün |
| 1 Knoblauchzehe | 2 Zwiebeln |
| 2 EL Butter | 2 EL Olivenöl |
| 4 Safranfäden | 1 TL frischer geriebener Ingwer |
| 1 Zimtstange | schwarzer Sarawak-Pfeffer |
| Salz | 600 g frische Feigen |
| 1 EL flüssiger Wildblumenhonig | |

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 4 PERSONEN: | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 60 bis 90 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 590 kcal

Zubereitung

1. Das Huhn innen und außen waschen, mit Küchenpapier abtrocknen und in 10 Stücke teilen (Steps unten).

2. Das Koriandergrün waschen und trockenschütteln, die Blättchen fein hacken. Knoblauch und Zwiebel schälen, beides fein hacken.

3. In einem Schmortopf 1 EL Butter und Olivenöl erhitzen. Die Hühnerteile mit Koriander und Knoblauch bei starker Hitze 5 Min. anbraten.

4. Zwiebeln, Safranfäden, Ingwer, Zimtstange und Pfeffer dazugeben. Mit ¼ l Wasser aufgießen, das Huhn zugedeckt bei mittlerer Hitze 30-40 Min. garen. Dann offen 10-15 Min. weitergaren, bis die Sauce sämig ist. Dabei gelegentlich umrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen.

5. Etwa 10 Min. vor dem Ende der Garzeit die Feigen vorsichtig abreiben und halbieren. In einer Pfanne die restliche Butter erhitzen. Die Feigen und den Honig dazugeben und bei schwacher Hitze etwa 8 Min. karamellisieren. Das Huhn auf einer Servierplatte anrichten und mit der Sauce überziehen. Dazu passt Landbrot.