Rezept

Knuspriges Freilandhuhn mit Gremolata

Ein Rezept von Knuspriges Freilandhuhn mit Gremolata, am 12.10.2024

Zutaten

Für das Huhn:

- **6 EL** Olivenöl
- Meersalz
- **1** Brathuhn (Freiland; ca. 1,4 kg, küchenfertig)
- **3** Knoblauchzehen
- **1** kleiner Brokkoli
- **1** Zucchino
- **6** mittelgroße Champignons
- **1 TL** edelsüßes Paprikapulver
- Pfeffer
- **3** mittelgroße Zwiebeln
- **4** mittelgroße Möhren
- **2** rote Spitzpaprika
- **1** Aubergine
- **2 Zweige** Rosmarin

Für die Gremolata:

- **½ Bund** Petersilie
- **1** kleine Knoblauchzehe
- **100 ml** Olivenöl
- **3 Stängel** Basilikum
- **1** Bio-Zitrone
- Meersalz

Rezeptinfos

Portionsgröße 4 | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: mehr als 90 min Dauer: mehr als 90 min

Zubereitung

1. Für das Huhn den Backofen auf 180° vorheizen, ein Backblech mit 1 EL Öl beträufeln. 3 EL Öl, Paprikapulver, Salz und Pfeffer verrühren. Das Huhn kalt abbrausen, trocken tupfen und großzügig mit der Marinade einreiben. Mit der Brust nach oben auf das Backblech setzen und im Ofen (Mitte) ca. 10 Min. garen.

2. Inzwischen Zwiebeln und Knoblauch schälen. Zwiebeln in Spalten schneiden, Knoblauch ganz lassen. Möhren schälen und schräg in Scheiben schneiden. Brokkoli waschen. Die Röschen abtrennen, den Strunk schälen und in gleich große Stücke schneiden.

3. Möhren und Brokkoli in kochendem Salzwasser ca. 3 Min. blanchieren. In ein Sieb abgießen und abtropfen lassen. Möhren, Brokkoli, Zwiebeln und Knoblauch rund um das Huhn auf das Backblech geben und im Ofen ca. 10 Min. weitergaren.

4. Währenddessen die Paprika waschen, halbieren, weiße Trennwände und Kerne entfernen. Die Hälften schräg in mundgerechte Stücke schneiden. Zucchino und Aubergine waschen und putzen. Zucchino halbieren, Aubergine vierteln und beides in mundgerechte Scheiben schneiden. Champignons putzen, bei Bedarf mit einem Tuch abreiben und vierteln. Rosmarin waschen und trocken schütteln.

5. Gemüsestücke, Pilze und Rosmarin auf dem Backblech verteilen, mit Salz und Pfeffer würzen und mit dem übrigen Öl (2 EL) beträufeln. Alles im Ofen in ca. 1 Std. fertig garen.

6. Für die Gremolata inzwischen Petersilie und Basilikum waschen, trocken schütteln und die Blätter fein hacken. Knoblauch schälen und fein würfeln. Zitrone heiß abwaschen, abtrocknen und die Schale fein abreiben. Kräuter, Knoblauch, Zitronenschale und Öl in einer Schale verrühren. Mit ¼ TL Salz und 1 Spritzer Zitronensaft würzen.

7. Das Huhn aus dem Ofen nehmen und auf dem Blech servieren. Bei Tisch zerteilen und die Stücke mit der Gremolata beträufeln.