

Rezept

Tomaten-Hähnchen in Salzkruste

Ein Rezept von Tomaten-Hähnchen in Salzkruste, am 01.07.2026

Zutaten

| | |
|---|--|
| 1 küchenfertiges Brathähnchen (ca. ,5 kg) | 2 Zweige Thymian |
| 50 g getrocknete, in Öl eingelegte Tomaten | 1 Bio-Orange |
| 2 Knoblauchzehen | Pfeffer |
| 1 EL Kapern | 2,5 kg grobes Meersalz |
| 3 Eiweiß | Zahnstocher oder Küchengarn zum Verschließen |

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4-6 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 390 kcal

Zubereitung

1. Das Hähnchen innen und außen kalt abspülen und trocken tupfen. Thymian waschen und die Blättchen abzupfen. Die Tomaten abtropfen lassen. Die Orange heiß waschen, abtrocknen und mitsamt der Schale in Spalten schneiden. Den Knoblauch schälen und halbieren.
2. Das Hähnchen rundherum mit 2-3 EL Tomatenöl einreiben und pfeffern. Thymian, Tomaten, Orangenspalten, Knoblauch und Kapern in die Bauchhöhle des Hähnchens füllen und die Öffnung mit Zahnstochern oder Küchengarn gut verschließen, sodass kein Salz in das Hähnchen eindringen kann.
3. Den Backofen auf 200° vorheizen und ein Backblech mit Backpapier belegen. Das Salz in einer Schüssel mit den Eiweißen gleichmäßig vermengen und ein Drittel davon auf dem Blech verteilen – die Fläche sollte etwas größer als das Hähnchen sein. Das Hähnchen mit der Brust nach oben auf das Salzbett legen und mit der restlichen Salzmischung vollständig bedecken. Im Ofen (Mitte, Umluft 180°) ca. 1 Std. 20 Min. backen.
4. Das Hähnchen aus dem Ofen nehmen und vor dem Servieren noch ca. 5 Min. ruhen lassen, dann die Salzkruste mit einem Löffelrücken (oder, falls nötig, mit einem Hammer) aufklopfen und das Hähnchen vorsichtig aus der Kruste heben. Das Hähnchen zerteilen und servieren.