

Der Kürbis! Rezept/Foto: Deutsches Geflügel  
 ESSEN & TRINKEN *liveMagazin* Sept-Okt 2016

**Piri-Piri-Hähnchen mit Kürbis**  
**(Zutaten für 4 Personen)**

- 600 g Hähnchenbrustfilet
- 2 Knoblauchzehen
- 2 Bio-Limetten
- 5 eingelegte Piri-Piri-Schoten oder rote Peperoni
- 1 TL Kreuzkümmel
- Salz, Pfeffer
- 3 EL Olivenöl
- 1 EL Zucker
- 1 Bund Koriander
- 1 Hokkaido- oder Butternutkürbis (1,2 kg)
- 2 EL Ketchup
- 125 ml Apfelsaft

**Zubereitung:**

Knoblauch schälen, fein hacken. Eine Limette heiß waschen, Schale fein abreiben und die Frucht auspressen. Die zweite Limette in Scheiben schneiden. Piri-Piri-Schoten hacken und mit Kreuzkümmel, Salz, Pfeffer, Knoblauch, Limettenschale, 3 EL Limettensaft, 1 EL Öl und Zucker mischen. Koriander waschen, die Blättchen hacken und die Hälfte davon in die Marinade rühren. Das Fleisch waschen, trocken tupfen, in die Marinade geben und min. 3 Std. ziehen lassen. Kürbis waschen, putzen (Butternut-Kürbis schälen) und entkernen. Das Fruchtfleisch in ca. 2 cm dicke Spalten schneiden. Mit 1 EL Öl einreiben und mit Salz und Pfeffer würzen. Kürbisspalten auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen und im Ofen bei 200 °C ca. 25 Min. garen. Das Fleisch aus der Marinade nehmen, abtupfen und im restl. Öl von jeder Seite 2 Min. anbraten und 10 Min. im Backofen mit garen. Ketchup, Marinade und Apfelsaft ins Bratfett geben, etwas einkochen lassen, mit Salz und Pfeffer würzen. Fleisch in Scheiben schneiden. Mit Kürbis, Soße und Limettenscheiben anrichten und mit Koriander bestreuen.



Rezept/Foto: © Deutsches Geflügel