

Kochen

Caroline Autenrieth

Dienstag, 22.07.2025

Gebackenes Hähnchen in Joghurt-Marinade mit Koriander-Reis

Für 4 Personen

Zutaten

Für das Hähnchen

1 Hähnchen, ca. 1400 g, Bio-Qualität
 2 Knoblauchzehen
 2 Zwiebeln, rot
 1 Stücke Ingwer, ca. 2-3 cm
 1 Biozitrone, Saft und etwas abgeriebene Schale davon
 2 TL Currypulver
 1 TL Kurkuma
 etwas Salz
 etwas Pfeffer
 1 TL Honig
 150 g Joghurt, ca. 10 % Fett
 40 ml Olivenöl, ca.
 3 EL Butter, zerlassen

Für den Reis

250 g Basmati-Reis
 etwas Salz
 etwas Koriander, gemahlen
 etwas Zitronenschale, fein gerieben, von der Hähnchenmarinade
 2 EL Butter

Außerdem

0,5 Bund Koriander oder Petersilie

Zubereitung

1. Das Hähnchen zerteilen (Keulen und Brust, alternativ vom Metzger zerteilen lassen), die Haut abziehen und beiseite legen.
2. Knoblauch und Zwiebeln anziehen. Knoblauch fein hacken. Zwiebeln in Spalten schneiden. Ingwer schälen und in feine Würfel schneiden.
3. Hähnchenkeulen mit einem Messer etwas einschneiden. Hähnchenteile in eine flache Schale geben.
4. Knoblauch, Ingwer, Zitronensaft und etwas von der Schale, Currypulver, Kurkuma, Salz, Pfeffer, Honig, Joghurt und Öl verrühren. Die Hähnchenteile damit gründlich von allen Seiten bestreichen.
Abdecken und ca. 2-3 Stunden oder am Vortag, im Kühlschrank marinieren.
5. Nach der Marinierzeit, Hähnchenteile nebeneinander auf ein Backblech legen. Die Zwiebelspalten in der übrigen Marinade wenden und ebenfalls darauf verteilen. Im Ofen bei 180 Grad Ober- und Unterhitze, auf der mittleren Schiene ca. 40-60 Minuten backen. Zwischendurch mit zerlassener Butter bestreichen.
6. Inzwischen den Reis gründlich abbrausen. In leicht gesalzenem Wasser ca. 15-20 Minuten garen.
7. Reis evtl. abgießen. Mit Koriander und Zitronenschale abschmecken. Butter unterrühren und bis zum Servieren warmstellen.
8. Die Hähnchenhaut, in einer Pfanne ohne zusätzliches Fett knusprig braten. Herausnehmen, auf Küchenpapier abtropfen lassen. Alternativ die Hähnchenhaut auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen, mit einer weiteren Lage Backpapier abdecken, ein Backblech oder ofenfeste Pfanne darauflegen, zum Hähnchen in den Backofen geben und ca. 20 Minuten knusprig backen.

9. Für das Hähnchen, am Ende der Garzeit, den Backofen auf 250 Grad einstellen oder die Grillfunktion einstellen.

Das Hähnchen, nach Belieben, noch ca. 1-2 Minuten knusprig übergrillen bzw. überbacken.

10. Koriander abbrausen, trockenschütteln und fein schneiden.

11. Hähnchen aus dem Ofen nehmen und nochmal mit etwas Butter bestreichen.

12. Die Hälfte Koriander unter den Reis mischen. Die andere Hälfte über das Hähnchen streuen.

13. Die knusprige Hähnchenhaut zerbröseln und ebenfalls über das Hähnchen streuen.
Mit dem Reis anrichten und servieren