

Rezept (für 2-3 Personen)

Chicken

1 Bio-Hähnchen (Oft erhält man auch schon fertig zerteilte Hähnchenteile. Dann sind Brust und Schenkel die erste Wahl).	Zerteilen (siehe Fotos „ Blick in die Küche “). Wg. Salmonellengefahr nicht auf einem Holzbrett zerkleinern sondern eine gut abwaschbare Unterlage (z.B. Porzellanteller) verwenden.
Salz Currypulver Paprikapulver (edelsüß)	Die Hähnchenteile von beiden Seiten würzen und mit der Haut-Seite nach oben in eine ofenfeste, eher flache Form legen (z.B. aus Jenaer Glas).
Alternativ für Scharf-Esser: Tikka Curry Paste (siehe Foto „ Blick in die Küche “ ohne zusätzlich noch Salz und Paprikapulver	Die Hähnchenteile von beiden Seiten damit bestreichen. Ansonsten wie oben.
Im vorgeheizten Ofen bei 200° auf der unteren Schiene 1 Std.10 Min backen.	
200g frische Champignons	Erst Putzen . D.h. mit kleinem scharfem Messer den Fuß (das unterste Stück) abschneiden und wegwerfen, vom Rest evtl. Dreck abschaben und beim Hütschen die Haut vom Rand her etwas abziehen. Dann in Scheiben schneiden.
1 Tomate, klein gewürfelt 2 Knoblauchzehen, fein gehackt	Mit den Pilzen mischen
Nach 30 Minuten Backzeit die Pilzmischung auf die Hähnchenteile geben, dann die Hähnchenteile wenden, so daß anschließend die Pilze unten sind und die Fleischstücke oben drauf liegen.	
1 Becher Sahne	Zum Schluß zwischen die Fleischstücke gießen. Die Sahne soll sich mit der entstandenen Soße vermischen.

<p><i>Falls man noch mehr Soße haben will:</i></p> <p>1 Glas Geflügelfond (siehe Foto „Blick in die Küche“)</p> <p>Soßenbinder (z.B. von Mondamin)</p>	<p>Geflügelfond in einem separaten Topf etwas einkochen (dass noch ca. 2/3 des Fonds übrig bleibt) und dann die ‚natürliche‘ Soße (samt der Sahne) in den Topf mit dem Fonds geben und vermischen. Vorher natürlich erst die Fleischstücke aus der Backform herausnehmen.</p> <p>Da mit dem Geflügelfond die Soße ziemlich dünnflüssig wird, sollte man mit dem Soßenbinder die Soße etwas andicken.</p>
<p>Zum weiteren Verschärfen:</p>	<p>Scharfes serbisches Paprikapulver.</p>
<p><i>Beilagen:</i></p>	
<p>Reis und/oder griechische Nudeln</p>	
<p>450g Mais (Tiefkühl-Bio Mais schmeckt am Besten!)</p>	<p>In kochendes Salzwasser geben und ca. 10 Min kochen. Dann abgießen und 1 guten Stich Butter im Mais zergehen lassen. Evtl. noch nachsalzen.</p>
<p>Grüner Salat oder Feldsalat</p>	