



hr1-DOLCE VITA

Ingo Bockler **Coq au vin**

ZUTATEN:

1 Poularde (Mais, Bio)	Salz, Pfeffer aus der Mühle
200 g Karotten	100 ml Sonnenblumenöl
70 g Petersilienwurzel	40 g Butter
100 g Bleichsellerie	2 EL Mehl
200 g Perlzwiebeln	500 ml Kalbs- oder Geflügelfond, braun
3 Knoblauchzehen	60 g Rauchspeck
1 EL weiße Pfefferkörner	200 g rosa Champignons
2 Lorbeerblätter	
4 Stiele Thymian	
Eine Flasche trockener roter Burgunder oder Riesling (Coq au Riesling –Elsass)	

ZUBEREITUNG

Am Tag zuvor das Huhn in acht Stücke teilen. Das Gemüse schälen und die Karotte, die Petersilienwurzel und den Sellerie in ansehnliche Stücke schneiden. Knoblauch schälen. Geflügelteile, Gemüse, Zwiebeln, Knoblauch und Thymian in ein Gefäß geben und mit dem Weißwein auffüllen. Lorbeer und Pfefferkörner in einen Gewürzbeutel geben und verschnüren. Den Gewürzbeutel zufügen. Abgedeckt über Nacht im Kühlschrank marinieren.

Mariniertes Fleisch mit dem Gemüse in ein grobes Sieb über eine Schale geben, die Marinade dabei auffangen. Gewürzbeutel entfernen. Geflügelteile, Gemüse und Thymian trocken tupfen. Geflügelteile rundum salzen und pfeffern.

Etwas Öl mit Butter in einem Schmortopf erhitzen und die Brustteile mit dem Knoblauch darin von beiden Seiten bei mittlerer Hitze goldbraun braten. Fleisch herausnehmen und bei Seite stellen. Nochmals etwas Öl mit Butter in den Topf geben und die Keulenteile darin von beiden Seiten goldbraun braten. Dann Möhren, Petersilienwurzel und Zwiebeln dazugeben und zum Ende der Bratzeit mit Mehl bestäuben.

Mit der Marinade und dem Kalbsfond auffüllen, aufkochen und bei milder Hitze 30 Minuten offen sanft kochen lassen. Dann die Brustteile, Staudensellerie und Thymian dazugeben. Abgedeckt weitere 15 Minuten schmoren lassen.