

ZITRONIGES SCHMETTERLINGSHÄHNCHEN

ZITRONIGES SCHMETTERLINGSHÄHNCHEN

Vor ein paar Wochen gab es mein erstes Schmetterlingshähnchen bei und für Zorra. Das war so lecker, dass da gleich noch ein zweites Experiment gestartet werden musste. Wetterbedingt wieder nicht vom Grill, aber der Sommer ist ja noch lang.



Zutaten für 2 Personen:

1 Brathähnchen

1 kleines Bund Salbei

3 Rosmarinzwige

1 kleines Bund Thymian

1/2 Zitrone

1/2 Zwiebel

3-4 Knoblauchzehen

150ml Sherry

100ml Orangensaft

Salz

4 Kartoffeln

1 Lolo Rosso

3 Tomaten (hier 2 rote und 1 gelbe)

Pfeffer & Salz

Essig & Öl

Zubereitung:

Ich gehe vor wie beim letzten Mal und schneide die Wirbelsäule aus dem Hähnchen. Dann wird es mit etwas Gewalt geplättet und die Keulen nach innen geklappt.

Die Kräuter waschen und in den Bräter geben. Einige Zitronenscheiben darauf legen und die

Zwiebel und Knoblauchzehen dazu geben. Das Hähnchen mit Salz einreiben und auf den Kräutern platzieren.



Sherry und Orangensaft dazu geben und den Ofen auf 200°C vorheizen. Dort bleibt der Schmetterling Vogel für 1 Stunde.



Immer wieder mit Flüssigkeit aus dem Bräter übergießen oder einpinseln. Nach 30 Minuten kommen die Kartoffelspalten dazu.



Wenn Hähnchen und Kartoffeln ausreichend knusprig und gebräunt sind bereite ich den Salat vor. Der wird nur klein geschnitten und mit etwas Olivenöl, Balsamicoessig, Pfeffer und Salz angemacht.

Das Hähnchen nochmal halbieren und mit Kartoffeln und Salat anrichten. Etwas gebackenen Knoblauch und Sauce dazu.

Lasst es euch schmecken!

