

Brathähnchen (2 Personen)



Zutaten

1 Hähnchen mit Innereien
250 ml Wasser
2 EL Bratensoßenpulver
5 Nelken
4 Lorbeerblätter
1 kleine Knolle Knoblauch
1 große Zwiebel
1 Tomate
100 ml trockener Rotwein
Pfeffer
Salz
Öl

Zubereitung

Das Brathähnchen sowie die Innereien gut waschen und trocken tupfen. Das Hähnchen innen und außen mit Salz und Pfeffer würzen und mit den Innereien beiseite stellen.

Die Zwiebel hacken und im heißen Öl in einer großen Pfanne leicht braun anbraten. Den gepressten Knoblauch am Schluss kurz mit anbraten. Die gehackte Tomate, die Nelken und die Lorbeerblätter mit untermengen. Die Masse mit 250 ml Wasser auffüllen, aufkochen und mit dem Bratensoßenpulver verrühren. Jetzt den Rotwein hinzugeben, wieder kurz aufkochen lassen und das Brathähnchen mit den Innereien hineinlegen. Bei kleiner Hitze 60 Minuten schmoren lassen. Zwei- bis dreimal wenden.

Beilage

Naturreis