Chicken Yassa



Chicken Yassa in Senf-Honig-Chili-Zitronensauce mit Duftreis und Lauchzwiebelringen und Parmesankäsescheiben

Chicken Yassa ist eine westafrikanische Spezialität, bei der er sich um Huhn in würzig-cremiger Zitronensauce handelt. Die Mischung der Sauce aus scharfem Senf, Honig, Chilisauce und Zitrone machen das Gericht sehr schmackhaft, bei einem ersten Genuss aber auch ein wenig gewöhnungsbedürftig für westeuropäische Mägen. Es wird vorwiegend in der senegambischen Küche und entweder mit Geflügel, Fleisch oder Fisch zubereitet und in der Regel mit Reis serviert. Das Rezept ist für zwei Personen.

Zutaten:

- 4 Hähnchenschenkel
- 1 sehr große Gemüsezwiebel
- 2 Möhren
- 4–5 EL Olivenöl

- 4 Lorbeerblätter
- 2 TL Sriracha (thailändische, scharfe Chilisauce)
- Salz

- 600 ml Hühnerfond
- 2 Tasse Wasser

- 2 Tassen thailändischer Duftreis

- 4 Knoblauchzehen
- 20 g frischer Ingwer
- 2 EL scharfer Senf
- 3 EL Honig
- 1 EL Mehl
- 1 Bio-Zitrone
- 1 Lauchzwiebel

Zubereitungszeit: 40 Min.

Schneiden Sie die Gemüsezwiebel in große Streifen und braten sie in Öl in einer großen Pfanne an. Sie sollen Farbe ziehen und ein wenig braun anbraten. Dann zerteilen Sie die vier Hähnchenschenkel am Gelenk zwischen dem Unter- und dem Oberschenkel, so dass Sie insgesamt acht Teile haben. Nehmen Sie die Gemüsezwiebelstreifen aus der Pfanne heraus und braten Sie die Hühnchenteile im übrig gebliebenen Öl scharf an. Noch nicht würzen. Geben Sie dann die Gemüsezwiebelstreifen wieder hinzu, dann den Hühnerfond, das Wasser, die Chilisauce und die Lorbeerblätter und würzen alles mit Salz. Alles in der Pfanne ohne Deckel bei kleiner Hitze schmoren. Schälen Sie auch sogleich die Möhren und schneiden sie in dünne Scheiben. Geben Sie sie nach 10 Min. Garzeit zu den Hühnchenteilen hinzu und garen sie mit in der Sauce.

Hacken Sie Knoblauch und Ingwer klein, geben Sie beides in eine Schüssel und den Senf, den Honig und das Mehl hinzu. Die Zitronenschale der Bio-Zitrone reiben sie ab, pressen dann die Zitrone aus und geben Schale und Saft in die Mischung hinzu. Alles gut miteinander verrmischen.

10 Min. vor Ende der Garzeit der Hühnchenteile garen Sie den Duftreis nach Anleitung. Und 5 Min. vor Ende der Garzeit gben Sie die Zitronen-Senf-Honig-Würzmischung in die Sauce hinzu, vermischen sie und lassen alles aufkochen. Schneiden Sie die Lauchzwiebel in kleine Ringe. Richten Sie die Hühnchenteile mit der Sauce und dem Reis auf einem Teller an und überstreuen sie mit den Lauchzwiebelringen. Um dem Ganzen dann noch einen leicht italienischen Touch zu geben, streuen Sie dünne Scheiben von Parmesankäse über das Gericht.

Die Sauce schmeckt ungewohnt, ist aber sehr schmackhaft und delikat und überragt zusammen mit dem Reis fast noch die Hühnchenteile, die eher mild gegart sind, weil sie ja vor dem Anbraten nicht extra gewürzt wurden. Ein ausgewogenes, harmonisches Gericht.