

Pulled Chicken Sandwiches



So wird's gemacht

Hähnchen in etwas Öl in einer Ofenpfanne von allen Seiten scharf anbraten, herausnehmen. Zwiebeln in Ringe schneiden und in dem gleichen Öl anbraten, Knoblauch hinzugeben. Masse mit der Brühe und dem Cider ablöschen, Hähnchen hinzugeben. Restliche Zutaten mit der Passata vermengen und über das Hähnchen gießen. Abgedeckt in den Ofen geben und bei 190°C ca. 80 Minuten köcheln lassen. Fleisch überprüfen. Wenn es auseinanderfällt, ist es fertig, sonst noch etwas weiter köcheln lassen. Fleisch auf ein Brett geben und mit zwei Gabeln „auseinander rupfen“. Derweil den Sud aufkochen bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist. Fleisch wieder hinzugeben und ziehen lassen.

Für den Krautsalat Kohl und Karotten raspeln, Zwiebeln fein schneiden und alle Zutaten gemeinsam in eine Schüssel geben, gut vermengen und abschmecken.

Für die Kräuterbutter alle Zutaten in ein hohes Gefäß geben und mit dem Pürierstab zu einer homogenen Masse verarbeiten. Diese länglich in Frischhaltefolie wickeln, zu einer Rolle formen und im Kühlschrank durchkühlen lassen.

Ciabatta Brötchen horizontal einschneiden, etwas Kräuterbutter auf die untere Hälfte geben, zwei bis drei Esslöffeln Pulled Chicken sowie Krautsalat in das Brötchen geben und servieren.

Einkaufsliste:

Pulled Chicken

600g Hähnchen (wenn Schenkel verwendet werden, entsprechend mehr nehmen)
1 rote Zwiebel
2 Knoblauchzehen
1-2 EL schwarzen Pfeffer
200ml Tomatenpassata
100ml Gemüsberühe
350ml Cider (Birnen oder Apfel)
1EL Tomatenmark
2EL Honig
1TL Cayenne Pfeffer
1TL (oder mehr) Meersalz
2EL Paprikapulver
1EL Oregano
1TL Thymian
1TL Rosmarin
1TL Curry
Prise Zimt

Krautsalat

200g Quark
2/2 kleinen Weißkohl
2-3 Karotten
3 Frühlingszwiebeln
1EL Senf
1EL Honig
1TL Weißweinessig
1TL schwarzen Pfeffer
1-2 Knoblauchzehen
Chili und Paprikapulver nach Belieben
Meersalz
2 EL Olivenöl
2-3 EL Milch

Für die Kräuterbutter

200g Butter
2EL Olivenöl
1-2 TL Meersalz (nach Geschmack)
200g geriebenen Käse (Mozzarella, Gouda etc.)
2-4 Knoblauchzehen (nach Belieben)
Etwas Pfeffer
3EL gehackte Petersilie und andere Kräuter nach Belieben

Ciabatta Brötchen

Einkautsliste:



Für 12 Brötchen
Vorteig
120ml Wasser
6 g Hefe oder 1TL Trockenhefe
100g Mehl (Typ 550)

Ciabatta
460 Wasser
12g Hefe oder 2TL Trockenhefe
Vorteig
500g Mehl (Typ 550)
1TL Zucker
1EL Salz
3TL gehackte Petersilie
1TL gehacktes Basilikum
2TL Knoblauchpulver oder 2-3
Zehen frischen Knoblauch

So wird's gemacht:

Am Abend vorher den Vorteig anrühren. Hierfür die Hefe in dem lauwarmen Wasser aufweichen, kurz ruhen lassen, das Mehl hinzugeben und gut umrühren. Mit Folie bedeckt über Nacht (mindestens 8 Stunden) ruhen lassen.

Am nächsten Tag den Rest der Hefe im lauwarmen Wasser auflösen, Zucker hinzufügen und kurz ruhen lassen. Nun das Mehl und die restlichen Zutaten hinzufügen und zu einem klebrigen Teig verrühren. Der Teig muss recht flüssig sein, nicht mehr Mehl hinzugeben. Diesen Teig abgedeckt ca. 2 Stunden ruhen lassen bis er etwa auf das Dreifache „gewachsen“ ist. Diesen Teig auf eine gut bemehlte Arbeitsfläche geben, ggf. mit einem Teigschaber nachhelfen. Teig nicht kneten! Teig mit einem Messer in 12 Teile teilen. Backpapier bemehlen und die zwei Teile länglich mit Hilfe eines Pfannenwenders o.ä. auf das Backpapier legen, mit dem Teigschaber den Teig in Form bringen, nicht groß kneten! Teig nochmals 90 Minuten ruhen lassen. Dabei ab und an den Teig mit dem Teigschaber wieder formen, d.h. die Seiten wieder nach „oben“ schlagen. Nun die Teigteile mit Mehl bemehlen und bei 220-250°C für 12-18 Minuten backen. Brötchen sollten hohl klingen, sonst noch 5 Minuten länger backen.