

POLLO ALLA ROMANA

Huhn auf römische Art

(Für 4 Personen)

Zutaten:

- 1 junges fleischiges Huhn
- 1 Stückchen rote Pfefferschote
- 6 EL Olivenöl extra vergine aus Latium oder den Abruzzen
- 1 Knoblauchzehe
- Salz
- 2 Zweige frischer Rosmarin
- 400g Tomaten
- 1 Glas (1cl) Weißwein

Das Huhn waschen und mit Küchenpapier trocken tupfen. Mit einer Geflügelschere in 10 bis 12 Teile zerschneiden, dabei das Rückgrat heraustrennen. Die Pfefferschote in feine Streifen schneiden.

Das Olivenöl in einer tiefen Pflanze erhitzen und die Knoblauchzehe darin anrösten. Die Hühnerstücke hinzufügen und von allen Seiten knusprig braun braten. Salzen, die Rosmarinzweige und die Pfefferschotenstreifen hinzufügen. Bei starker Hitze unter gelegentlichem Wenden 10 Minuten weiterbraten.

Die Tomaten mit kochendem Wasser überbrühen, abziehen und in kleine Stückchen schneiden, dabei das harte gelbe Mark entfernen. Die Tomatenstückchen zu dem Geflügel geben und in weiteren 15 Minuten gar schmoren lassen, bis sich das Hühnerfleisch leicht von den Knochen lösen lässt. Wenn die Tomaten anzusetzen beginnen, mit etwas Wein aufgießen.

Zu diesem bei den Römern so beliebten Hühnergericht passt als Beilage am besten frisches Weißbrot, das man in die rosmarinduftende Ölsauce tunkt. Es schmeckt warm und kalt gleich gut, deshalb nehmen es die Römer auch gern zum Picknick mit. Wenn man einen größeren Freundeskreis dazu einladen möchte, braucht man das Rezept nur zu verdoppeln oder zu verdreifachen.

Quelle: Buch "OLIVENOEL" von Rotraud Degner, Verlag Heyne.