

# Stubenküken mit Salsa und Coleslaw

## Zutaten für das Stubenküken (für 4 Personen):

- 4 Stubenküken
- 1 rote Zwiebel
- 3 Zehen Knoblauch
- 3 frische rote Chilischoten
- 1 EL Fenchelsamen
- 1 Bund Minze
- 1 Bund glatte Petersilie
- 300 ml Olivenöl
- 100 ml Rotweinessig
- aus der Mühle: Salz
- aus der Mühle: Pfeffer

Für die Salsa Zwiebel und Knoblauch schälen. Zusammen mit den Chilis fein hacken und mit Fenchelsamen in eine Schüssel geben. Von der Minze und Petersilie den oberen Teil des Bundes abreißen, waschen, trocknen und fein hacken. Mit Olivenöl und Essig zu den anderen Zutaten in die Schüssel geben, mit Salz und Pfeffer würzen und alles gut mischen.

Stubenküken am besten mit einer Geflügelschere am Rückgrat entlang längs halbieren, dabei das Rückgrat entfernen. Aufklappen und auf der Brustseite mit den Händen kräftig flachdrücken. Die Keulen innen und außen mehrfach etwa 0.5 cm tief einschneiden.

Die Geflügelhälften komplett mit etwas Olivenöl einreiben und mit Salz würzen. Mit der Hautseite nach unten in eine ofenfeste heiße Pfanne legen und im vorgeheizten Ofen bei 180 Grad circa 15 Minuten braten, bis sie goldbraun und durchgegart sind.

Die fertigen Geflügelhälften sofort mit der Salsa übergießen, sie sollten ganz davon bedeckt sein. 10 Minuten ruhen lassen.

## Zutaten für den Coleslaw:

- 500 g Weißkohl
- 1 Möhre
- 1 Nashi-Birne
- 100 g japanische Mayonnaise
- 100 g helle Misopaste
- 1 Zitrone
- 0,5 Orange
- 2 EL Kürbiskernöl
- 50 ml Reisessig
- 2 EL geröstete Erdnüsse
- 1 Bund Brunnenkresse

Vom Weißkohl die äußeren Blätter entfernen und den Strunk herausschneiden. Den Kohl in möglichst feine Streifen schneiden oder hobeln und in eine Schüssel geben. Möhre schälen, Birne vierteln, schälen und das Kerngehäuse herausschneiden. Birnenstücke und Möhre mit einer groben Reibe raspeln und zum Weißkohl geben.

Mayonnaise mit Misopaste, dem Saft von Zitrone und Orange, Kürbiskernöl und Reisessig verrühren und die Gemüseraspel etwa 20 Minuten darin marinieren. Erdnüsse zerstoßen.

Koch/Köchin: Dirk Luther

Weitere Rezepte und Tipps auf: [www.ndr.de/kochen](http://www.ndr.de/kochen)