



Hajo kocht

exklusiv fürs jUHU

BESOFFENES GÖCKELE



Zutaten (für 4 Personen)

- 4 große Hähnchenkeulen à ca. 220-250 g
- 300 g Zwiebelwürfel grob
- 150 g Karottenwürfel
- 100 g Selleriewürfel
- etwas Mehl
- Öl oder Schmalz zum Anbraten
- 1 Ltr. Trollinger
- etwas Brühe
- 1 geh. EL Tomatenmark
- 3-5 Knoblauchzehen gehackt
- Bohnenkraut, Rosmarin
- 1 Lorbeerblatt
- 3 Wacholderbeeren
- Salz Paprikapulver und gemahlener Pfeffer

Zubereitung

Die Hähnchenkeulen am Tag oder zwei Tage vor der Zubereitung mit dem Wurzelgemüse, einem Lorbeerblatt und 3 gedrückten Wacholderbeeren im Trollinger einlegen.

Am Tag der Zubereitung die Keulen mit dem Gemüse in ein Sieb abschütten, den Sud auffangen.

Aus 2 EL Salz, 1 TL Paprikapulver und 1 TL gemahlenem Pfeffer eine Würzmischung zubereiten. Damit die Hähnchenkeulen ordentlich bestreuen, in Mehl wenden und im heißen Öl oder Schmalz von allen Seiten schön braun anbraten. Dann die Beinchen aus dem Topf nehmen und das abgetropfte Wurzelgemüse anbraten. Hat es schön Farbe genommen, das Tomatenmark zugeben und mit anrösten.

Jetzt den aufgefangenen Einlegesud angießen und die Hähnchenkeulen dazugeben. Nun ca. eine halbe Stunde sanft schmoren, dann ein Büschelchen Bohnenkraut und ein Zweigchen Rosmarin zugeben, evtl. etwas Brühe oder Wein angießen

und weiterschmoren, bis das Fleisch schön weich ist und sich vom Knochen löst. Nun die Keulen herausnehmen und die Soße mit Salz und Pfeffer abschmecken, evtl. noch einen Schluck Trollinger dazugeben.

Bindung hat die Soße in der Regel durch das Mehl und das geschmorte Gemüse genug. Falls nicht, mit etwas Mondamin nachhelfen.

Dazu passen prima Salzkartoffeln oder Bandnudeln.

Und zum Trinken.....?
Natürlich ein Trollinger.

Guten Appetit wünscht

Hajo Häng

