



Sumach-Hähnchen mit Safran-Joghurt

an Kartoffel-Blumenkohl-Salat mit Trauben



ca. 40min



2 Personen

Wie ein üppiges orientalisches Kunstwerk präsentierst du heute dieses Festmahl und verwöhnst deine Gäste mit edlen Zutaten und kostbaren Gewürzen. Der Salat aus geröstetem Blumenkohl wird mit Pistazien, Trauben und Dill geschmückt und die zarten Hähnchenoberkeulen erhalten durch fruchtig-säuerlichen Sumach eine herrlich frische Nuance. Zweifellos (ver)kostbar ist auch der golden leuchtende Safrandip - einfach märchenhaft!

- 1 Päckchen Safran
- 1 Packung festkochende Kartoffeln
- 2 Hähnchenoberkeulen
- 1 Päckchen Sumach
- 1 kleiner Blumenkohl
- 1 Päckchen Ras-el-Hanout-Gewürzmischung
- 20g Pistazienkerne ¹⁵
- 10g Dill
- 500g Weintrauben
- 1 Becher Joghurt ⁷

- Salz und Pfeffer
- Zucker
- Olivenöl
- Essig

- Backofen und Auflaufform
- Backblech und Backpapier
- kleine Pfanne

Kochtipp

Allergene

Nährwertangaben pro Portion

Energie 895kcal, Fett 43.3g,
Kohlenhydrate 84.3g, Eiweiß 38.6g



4. Salat vorbereiten

2. Zutaten backen

5. Fleisch weiterbacken

3. Blumenkohl backen

6. Joghurt würzen

Den **Joghurt** mit dem **Safran** sowie je 1 Prise Salz und Pfeffer verrühren. Den **Blumenkohl** mit den **Kartoffeln**, den **Pistazien**, dem **Dill** und den **Weintrauben** vermengen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den **Kartoffel-Blumenkohl-Salat** auf Teller verteilen, das **Sumach-Hähnchen** darauf anrichten und mit dem **Safran-Joghurt** beträufelt servieren.