



Hähnchen-Süßkartoffel-Pastilla

mit Mandeln, Zimt und Spinatsalat



ca. 50min



3 Portionen

Pastilla ist eine Blätterteig-Pastete, deren Rezept bis ins islamische Spanien zurückreicht. Bemerkenswert ist ihre Zubereitung, die den Kontrast von süß und salzig aufs Köstlichste zelebriert: Die Füllung aus zartem Geflügel und samtigen Süßkartoffeln schmurgelt in einer cremigen Sauce aus geschlagenem Ei. Dann wird sie mit einer knusprigen Schicht Blätterteig, gerösteten Mandeln und Zimt bedeckt und im Ofen gebacken. Au ja!

Was du von uns bekommst

- 2 Süßkartoffeln
- 1 rote Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 3 Hähnchenschenkel filets
- 2 Pck. Ras-el-Hanout-Gewürzmischung
- 2 Bio-Eier ¹
- 10g Petersilie
- 25g Mandelblättchen ⁴
- 1 Pck. Blätterteig ²
- 1 Pck. gemahlener Zimt
- 15g Pinienkerne
- 1 unbehandelte Zitrone
- 100g Babyspinat (ungewaschen)

Was du zu Hause benötigst

- 1EL Butter ³
- ½TL Honig
- Salz und Pfeffer
- Olivenöl

Küchenutensilien

- Backofen und Auflaufform
- mittelgroßer Topf mit Deckel
- kleine Pfanne
- Sparschäler
- Messbecher
- Küchenpinsel
- Zitruspresse

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

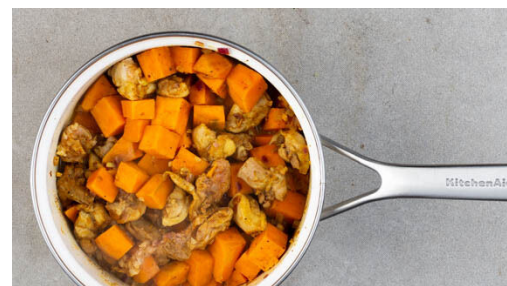
Kochtipp

Das Rezept ergibt 3 Portionen. // Das saftige Hähnchenschenkelfleisch ist dunkler und etwas fettreicher als Brustfilet – das Fett schmilzt beim Garen und sorgt für zarten, aromatischen Geschmack.



1. Zutaten schneiden

Den Backofen auf 220°C (200°C Umluft) vorheizen. Die **Süßkartoffeln** schälen und in 2-3cm große Würfel schneiden. Die **Zwiebel** und den **Knoblauch** schälen und fein würfeln. Das **Fleisch** trocken tupfen und in 2-3cm große Stücke schneiden.



2. Füllung garen

Die **Zwiebeln** und den **Knoblauch** in einem mittelgroßen Topf mit 1EL Butter bei mittlerer bis starker Hitze ca. 1Min. anbraten. Die **Süßkartoffeln**, das **Fleisch**, die **Gewürzmischung** und ½TL Salz hinzufügen und ca. 2Min. mitbraten. 75-100ml Wasser angießen und abgedeckt aufkochen, dann die **Süßkartoffeln** bei mittlerer bis niedriger Hitze 7-10Min. köcheln lassen, bis sie gar sind.



3. Eier verquirlen

Die **Eier** aufbrechen und verquirlen, dann **2EL Ei** abnehmen und beiseitestellen. Die **Petersilienblätter** grob, die **-stängel** fein schneiden.



4. Eier untermengen

Sobald die Flüssigkeit eingekocht ist, den Topf vom Herd nehmen und die **Petersilie** sowie die **½ der Mandeln** unterheben. Ca. **2EL der Füllung** aus dem Topf nehmen und mit dem **verquirltem Ei** verrühren, dann alles zusammen zurück in den Topf geben und gut vermengen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.



5. Pastilla backen

Die **Füllung** in eine mittelgroße Auflaufform geben. Das Backpapier abziehen, den **Teig** über der Auflaufform ausrollen und in der Mitte x-förmig einritzen. Mit dem **übrigen Ei** bestreichen und mit den **restlichen Mandeln** bestreuen. Im Ofen 16-18Min. backen, bis der **Teig** goldbraun ist. Nach Belieben mit **Zimt** bestreuen.



6. Salat zubereiten

Die **Pinienkerne** in einer kleinen Pfanne ohne Fett bei mittlerer Hitze 1-2Min. goldbraun anrösten. **1 Zitronenhälfte** auspressen. **1EL Zitronensaft** mit 1EL Olivenöl, ½TL Honig sowie je 1 Prise Salz und Pfeffer verrühren und mit dem **Spinat** und den **Pinienkernen** vermengen. Die **Pastilla** in Stücke schneiden und mit dem **Salat** servieren.