



# Knoblauch-Hähnchen nach spanischer Art

## Zutaten für 4 Personen

- » 2–3 EL Mehl  
*2 à 3 cuil. à soupe de farine*
- » Piment de Cayenne  
*piment de Cayenne*
- » 4 Stück Hähnchen, gut abgetrocknet  
*4 morceaux de poulet bien essuyés*
- » Salz und Pfeffer  
*sel et poivre*
- » 4 EL Olivenöl  
*4 cuil. à soupe d'huile d'olive*
- » 20 große Knoblauchzehen, halbiert, Keim entfernt  
*20 grosses gousses d'ail, coupées en deux, germe enlevé*
- » 1 großes Lorbeerblatt  
*1 grosse feuille de laurier*
- » 450 ml Hühnerbrühe  
*450 ml de bouillon de volaille*
- » 4 EL trockener Weißwein  
*4 cuil. à soupe de vin blanc sec*
- » Petersilie, gehackt, zum Dekorieren  
*persil plat frais, haché, pour décorer*

## Zubereitung

### Vorbereitung

1. Gib 2–3 EL Mehl in einen Beutel.

---
2. Füge Piment, Salz und Pfeffer hinzu.

---
3. Lege ein Stück Poulet in den Beutel und schüttle, bis es leicht bemehlt ist. Nimm es heraus und entferne überschüssiges Mehl. Fahre so mit dem restlichen Fleisch fort und füge nach Bedarf mehr Mehl hinzu.

### Zubereitung

1. Erhitze 4 EL Öl in einer großen Pfanne. Brate die Knoblauchzehen 2 Minuten lang an und rühre dabei um, um das Öl zu aromatisieren. Nimm den Knoblauch mit einer Schaumkelle heraus und stelle ihn beiseite.

---
2. Lege die Pouletstücke mit der Hautseite nach unten in die Pfanne. Brate sie 5 Minuten, bis die Haut goldbraun ist. Wende sie und brate sie weitere 5 Minuten, wobei du bei Bedarf zusätzlich Öl hinzugibst.

---

3. Gib den Knoblauch zurück in die Pfanne. Füge das Lorbeerblatt, die Brühe und den Weißwein hinzu. Bringe alles zum Kochen, reduziere dann die Hitze, decke die Pfanne ab und lass 25 Minuten köcheln, bis das Fleisch gar und der Knoblauch zart ist.

---
4. Richte das Poulet auf einer Servierplatte an und halte es warm. Bringe die Kochflüssigkeit mit dem Knoblauch zum Kochen und reduziere sie auf etwa 250 ml. Schmecke sie ab.

---
5. Gieße die Sauce über das Fleisch und lege die Knoblauchzehen darauf. Dekoriere mit frischem Petersilie und serviere.