



## BACKHÄHNCHEN MIT SALAT

Die Hähnchenkeulen mit einem kleinen scharfen Messer am Knochen entlang einschneiden, so kann die Marinade besser eindringen und das Fleisch gart schneller. Die Buttermilch in einer großen Schüssel mit gehackter Chilischote, Thymian, Knoblauch, Zitronensaft und 1 großzügigen Prise Salz und Pfeffer verrühren. Die Keulen hineinlegen und mindestens 1 Stunde oder über Nacht im Kühlschrank ziehen lassen (marinieren).

Das Pflanzenöl in einen hohen Topf mit dickem Boden füllen und auf großer Stufe erhitzen. Gut aufpassen, denn heißes Öl kann zu schlimmen Verbrennungen führen, wenn man nicht bei der Sache ist. Das Öl soll 180 °C heiß werden – zur Kontrolle ist ein Fettthermometer am besten geeignet. Wenn Sie keines haben, geben Sie einfach ein Stückchen Kartoffel in das Öl. Sobald es goldgelb und knusprig an die Oberfläche steigt, ist die Temperatur richtig.

Das Mehl auf einen Teller streuen und mit Salz, Pfeffer und Paprika würzen. Die abgetropften Hähnchenkeulen in dem Mehl wenden, überschüssiges Mehl abklopfen, gleich wieder in die Buttermilch tauchen und ein zweites Mal mehlieren, sodass sie mit einer doppelten Schicht umhüllt sind und besonders knusprig werden. Die Keulen einzeln mit einem Schaumlöffel in das heiße Fett tauchen und 15–20 Minuten frittieren, dabei alle paar Minuten mit einer Fleischzange umdrehen, damit sie von allen Seiten gleichmäßig garen. Den Gargrad prüfen Sie, indem Sie das Fleisch an der dicksten Stelle einschneiden. Ist es noch rosa, braucht die Keule noch ein bisschen.

Inzwischen widmen Sie sich Ihrem Salat. Die Gurke mit einer Gabel der Länge nach rund herum tief einritzen, so hat das Dressing mehr Angriffsfläche. Anschließend in Scheiben schneiden und mit dem Basilikum in einer großen Schüssel vermengen. Die eine Hälfte der Tomaten in Spalten, die andere in Scheiben schneiden und mit den Zwiebelstreifen untermischen. Mit 1 Schuss Rotweinessig und der dreifachen Menge Olivenöl übergießen, kräftig salzen und pfeffern und gut durchheben. Sobald die Keulen goldbraun und gar sind, auf Küchenpapier abtropfen lassen, mit Salz und etwas Cayennepeffer bestreuen und sofort servieren.

An diesem Hähnchenrezept kam ich einfach nicht vorbei. Es ist ein absoluter Klassiker, den man überall im Süden der USA findet, egal wohin man auch fährt.

Und aufgepasst – alle, die auf KFC (Kentucky Fried Chicken) stehen (und ich weiß, es sind einige), kommen hier voll auf ihre Kosten. Beim nächsten Heißhunger auf knusprig gebackenes Huhn krepeln Sie einfach selbst die Ärmel hoch! Und als Ausgleich gönnen Sie sich dazu etwas Leichtes wie diesen Salat – schon lacht Ihnen das Glück. Wenn Sie für Kids kochen oder kleinere Stücke bevorzugen, nehmen Sie je vier Ober- und Unterschenkel statt der ganzen Keulen, es macht keinen Unterschied.

### Für 4 Personen

<i>Für das Hähnchen:</i>	1 EL geräuchertes Paprikapulver
4 Hähnchenkeulen mit Haut, vorzugsweise Freiland- oder Bio-Geflügel	Cayennepeffer
300 ml Buttermilch	<i>Für den Salat:</i>
1 rote Chilischote, von den Samen befreit u. fein gehackt	1 Salatgurke
1 gehäufte TL getrockneter Thymian	1 kleines Bund Basilikum, die Blätter abgezupft
1 Knoblauchzehe, geschält und fein gerieben	4 Tomaten
Saft von 1 Zitrone	½ rote Zwiebel, geschält und in feine Streifen geschnitten
Meersalz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer	Rotweinessig
1 l Pflanzenöl	bestes Olivenöl
300 g Mehl	<i>Weinvorschlag:</i>
	Italienischer Rotwein – ein Barbera d'Asti oder d'Alba