



Rezept

Hähnchen-Safran-Sosaties mit Kapstachelbeeren

Aus dem Kochbuch Summertime „Cape Tapas & südafrikanische Roséweine“.
Zu beziehen bei der Südafrika Weininformation www.shop.suedafrika-wein.de

Eine moderne Form der traditionellen Sosaties, den marinierten Fleischspießen.

Zutaten

1/3 Tasse Rosé Wein	Olivenöl zum Braten
eine Prise Safran	Salz & gemahlener Pfeffer zum Würzen
1 gepresste Knoblauchzehe	frische ganze Brunnenkresse-Blätter
1 Tasse ganze Kapstachelbeeren (Physalis)	frische Sahne (wahlweise)
4 Hühnerbrüste (150g/Person), ohne Haut und in mundgerechte Stücke geschnitten	

Zubereitung

Eine Prise Safran zum Rosé Wein geben und stehen lassen, bis der Wein eine orange-rote Farbe annimmt (ca. 15 Minuten).

Öl in einer Pfanne erhitzen lassen und den Knoblauch leicht anbraten. Den mit Safran getränkten Wein und den frisch gehackten Estragon hinzufügen. Alles zum Kochen bringen, die Stachelbeeren hinzufügen, die Temperatur reduzieren und die Flüssigkeit etwas einkochen lassen. In einer zweiten Pfanne die Fleischstückchen goldbraun braten. Die heiße Sauce darüber gießen, mit Salz und Pfeffer würzen, mit einem Deckel abdecken und vom Herd nehmen. Das Fleisch vor dem Servieren etwa eine Stunde marinieren lassen. Um die Sauce cremiger zu machen, kann auch Sahne hinzugefügt werden.

Die Fleischstückchen abwechselnd mit frischer Brunnenkresse und Stachelbeeren auf einem Spieß reihen. Warm oder kalt servieren und die übrige Sauce als Dip für die Sosaties verwenden.

Weintipp:

Zu den Sosaties öffnen Sie am besten eine Flasche Rosé von der ausschließlich in Südafrika angebauten Rebsorte Pinotage.

Tipps finden Sie unter: summertime.suedafrika-wein.de

Viel Freude beim Zubereiten und Genießen!