

Huhn mit Artischocken (Poulet a la Monselet)

Artischocken gehören zur Familie der Disteln. Katharina von Medici brachte sie 1533 nach Frankreich, wo sie so beliebt wurden, das sie heute in grossen Mengen im Norden des Landes angebaut werden.



Für 4 Personen:

- 3 EL Mehl
- 1 TL Salz
- 1 Prise frisch gemahlener schwarzer Pfeffer
- 8 Hühner Oberschenkel, ohne Haut und Knochen
- 2 grosse Kartoffeln, in dünne Scheiben geschnitten
- 375 g Artischockenherzen aus der Dose, abgetropft
- 2 EL Pflanzenöl
- 4 kleine Zwiebeln, halbiert
- 180 ml trockener Weisswein
- 180 ml Hühnerbrühe
- 1 TL Thymianblättchen plus etwas mehr zum Garnieren
- 2 kleine Lorbeerblätter
- 1 EL gehackte Petersilie

Vorbereitung: 15 Minuten

Den Backofen auf 180°C vorheizen. Mehl, Salz und Pfeffer in einem Gefrierbeutel mischen. Die Filets dazugeben und rundherum mit dem gewürzten Mehl bedecken. Überschüssiges Mehl abschütteln. Die Kartoffeln 7 Minuten in wenig Wasser dünsten. Sie sollten nach dem Garen noch sehr fest sein. Die Artischocken halbieren.

Zubereitung: 1 Stunde

Das Öl in einer mittelgrossen beschichteten Pfanne bei mittlerer Temperatur erhitzen. Die Hühnerschenkel darin in 2 Portionen braun anbraten (ca. 5 Minuten je Portion), herausnehmen und beiseite stellen. Die Temperatur reduzieren, die Zwiebeln in die Pfanne geben und goldbraun dünsten. Kartoffeln, Zwiebeln und Artischockenherzen in eine Kasserolle füllen. Das Fleisch dazugeben. Wein, Hühnerbrühe und die Kräuter mischen und über das Huhn geben. Alles zugedeckt im Ofen braten, bis das Fleisch gar ist (ca. 40 Minuten). Mit Thymianblättchen garniert servieren.