

Ganzes Hähnchen

minimaler Aufwand, maximal lecker



 2 – 3 PERSONEN  CA. 2 STUNDEN

ZUTATEN

1 ganzes Kikok-Hähnchen
2 – 3 EL Olivenöl
Salz
Pfeffer
Optional: 1 Zitrone, 2 Knoblauchzehen, frische Kräuter
(z. B. Thymian, Rosmarin)

BEILAGEN-VARIANTEN

Ofengemüse, Kartoffeln, Pommes oder einfach ein frischer Salat.

ZUBEREITUNG

BACKOFEN VORHEIZEN

Heize den Backofen auf 180°C (Ober-/Unterhitze) oder 160°C (Umluft) vor.

HÄHNCHEN VORBEREITEN

Das Hähnchen unter fließendem Wasser abspülen und mit Küchenpapier gut trocken tupfen. Innen und außen großzügig mit Salz und Pfeffer würzen. Wenn du magst: Eine halbierte Zitrone, die Knoblauchzehen und ein paar Kräuter in die Bauchhöhle legen – das gibt extra Aroma. Das Hähnchen rundum mit Olivenöl einreiben. Dadurch wird die Haut schön knusprig.

HÄHNCHEN GAREN

Das Hähnchen mit der Brustseite nach oben in eine ofenfeste Form oder auf ein Rost legen (darunter eine Fettpfanne platzieren, um den Bratensaft aufzufangen). Im vorgeheizten Ofen für ca. 70 – 90 Minuten braten (je nach Größe des Hähnchens). Nach etwa 40 Minuten das Hähnchen mit dem eigenen Bratensaft übergießen, um es saftig zu halten.

Optional: Für eine besonders knusprige Haut in den letzten 10 Minuten die Temperatur auf 200°C erhöhen.

Mit einem Fleischthermometer die dickste Stelle (z. B. Keule) messen. Die Kerntemperatur sollte 75 – 80°C betragen.

RUHEZEIT

Das Hähnchen nach dem Garen 10 Minuten ruhen lassen, bevor du es tranchierst. So bleibt der Fleischsaft erhalten.

Das Team von Fleischerei und Partyservice Warnecke wünscht guten Appetit.