

Mit Niedertemperatur gegartes Huhn



Zeitaufwand: >60 min

ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

1 Huhn, ca. 1,6 kg oder grösser
1 Bund grossblättrige Petersilie
1 Bund Thymian
Olivenöl «extra vergine»

ZUBEREITUNG

Backofen auf 75 °C vorheizen. Huhn mindestens 2 h vor dem Braten aus dem Kühlschrank nehmen.

HUHN PRÄPARIEREN

Flügelspitzen und Nackenteil abtrennen. Dort die Haut etwas zurückziehen, damit das Y-förmige Schlüsselbein sichtbar wird. Dieses vorsichtig ausschneiden. Das erleichtert später das Tranchieren des Huhns. Das Huhn innen salzen und mit der Petersilie und dem Thymian füllen, dabei jeweils den ganzen Bund nehmen. Das Huhn mit Küchengarn binden. Dazu die Keulen und dann die Flügel so zusammenschnüren, dass sie dicht am Körper anliegen und nicht mehr abstehen. Das Garn verknoten und abschneiden.

Das gebundene Huhn nun aussen salzen. Das können Sie auch am Tag davor machen, dann sollten Sie aber grobes Meersalz verwenden, damit es nicht zu stark einziehen kann. Nun mit bestem Olivenöl komplett einreiben.

HUHN GAREN

Das so vorbereitete Huhn mit dem Rücken nach unten auf ein Backblech setzen. Das Backblech sollte nicht zu gross sein und das Huhn gerade Platz darauf haben. Solange im Backofen garen, bis die Kerntemperatur im Schenkel 65 °C erreicht hat. Das dauert ca. 2–2½ h. Die Kerntemperatur können Sie mit einem speziellen Küchenthermometer messen. Das gegarte Huhn aus dem Backofen nehmen, abstehen lassen und in acht Stücke zerteilen. Grillfunktion im Backofen auf höchste Stufe schalten, die Hühnerteile mit der Hautseite nach oben zurück auf das Backblech legen und mit Olivenöl bestreichen.

Die Hühnerteile mit etwas Abstand zum Grill 4–7 min bräunen. Darauf achten, dass sie zwar schön braun werden und durchwärmen, aber nicht verbrennen. Sofort servieren.