

# Frühlingszwiebel Hähnchen



## Zutaten:

1 Bio-Orange, 5 Lorbeerblätter (frisch), 10 Stiele Thymian, 2 Zweige Rosmarin, 2 Knoblauchzehen, Meersalz (grob), 1 Bio-Hähnchen (ca. 1,7 kg), 2 Tl Koriandersaat, 1 Tl Fenchelsaat, 1 Tl Kümmelsaat, 1 Tl schwarze Pfefferkörner, 2 Gewürznelken, 1 El edelsüßes Paprikapulver, 1 El Zucker, 1 Tl Oregano (getrocknet), 6 El Olivenöl, 2 rote Paprikaschoten, 5 Frühlingszwiebeln, 1 rote Chilischote

## Zubereitung:

Orangenschale dünn abschälen, mit Lorbeer, Thymian, Rosmarin, Knoblauch und etwas grobem Salz mischen. In die Bauchhöhle des Hähnchens geben, die Öffnung mit Zahnstochern zustecken.

Koriander, Fenchel, Kümmel, Pfefferkörner und Nelken in einer Pfanne ohne Fett bei mittlerer Hitze anrösten, im Mörser fein zerstoßen. Mit Paprikapulver, Zucker und Oregano mischen. Hähnchen rundherum mit 4 El Olivenöl einstreichen. 3-4 El der Kräutermischung auf das Hähnchen geben, gut einreiben und salzen.

Ofen auf 180 Grad vorheizen (Umluft nicht empfehlenswert). Paprika putzen, 2 cm groß würfeln. Zwiebeln putzen, in 4 cm lange Stücke schneiden. Chilischote einschneiden und alles mit restlichem Olivenöl und etwas Salz mischen.

Ein 40 cm langes Stück Bratschlauch nach Packungsanweisung zubinden, mit Paprikamischung und Hähnchen füllen, verschließen und auf ein Blech setzen. Bratschlauch auf der Oberseite 2 cm breit einschneiden. Im heißen Ofen auf der untersten Schiene 45 Min. braten. Dann die Temperatur auf 220 Grad (Ober- und Unterhitze) erhöhen und weitere 15 Min. braten. Hähnchen und Paprikagemüse mit Baguette servieren.

Gutes Gelingen 😊