

Poulet mit Gemüse im Bratschlauch

Schweiz (für 4 Personen)

Zutaten:

- 2 kleine Poulets à max. 800g
- 3 Kartoffeln
- 3 Karotten
- weiteres frisches eher hartes einheimisches Gemüse wie Knollensellerie, Kabis, Kohl etc. (total mit den Kartoffeln und Karotten ca. 1.2kg gerüstetes Gemüse)
- Rosmarin und ggf. weitere frische Kräuter
- Salz
- Pfeffer
- Paprikapulver
- 1 Zitrone
- 1 Knoblauchzehe
- Olivenöl
- Chiliflocken
- flüssiger Honig

Vorbereitung:

- Das Gemüse rüsten und in nicht zu grosse Teile schneiden.
- 2 Stücke Bratschlauch schneiden, je etwa 1.5x so lang wie das Ofenblech.
- Die Poulets innen und aussen kalt abspülen und mit Haushaltspapier trocken tupfen.
- Knoblauch klein hacken und Zitrone in Scheiben schneiden.
- Salz, Knoblauch, Rosmarin und Zitrone ins Poulet füllen.
- Reichlich Marinade herstellen aus:
 - Olivenöl
 - Salz
 - Pfeffer
 - Paprikapulver
 - wenig Chiliflocken
 - etwas flüssiger Honig
- Poulet aussen mit der Marinade gut einpinseln.
- Alles Gemüse in einer sehr grossen Schüssel mit der restlichen Marinade gut vermischen und dann in die beiden Bratschläuche verteilen und die Poulets darauflegen. Bratschlauch gemäss Anleitung ofenfertig verschliessen, zu lange Enden abschneiden. Der Beutel darf den Ofen nicht berühren.

Zubereitung:

- Die Beutel auf einem mit Backtrennfolie belegten Backblech in der unteren Hälfte des auf 180°C (keine Umluft) vorgeheizten Ofens gut 60 Minuten garen. Für die letzten 15 Minuten, die Folie oben ganz auf- und wegschneiden (Achtung Dampf), so dass der Jus im Schlauch bleibt und das Poulet knusprig wird (auf 200°C erhöhen).

Tipp:

- Poulets im ausgeschalteten Ofen 5-10 Minuten ruhen lassen. Aus dem Beutel nehmen, tranchieren (längs halbieren sowie Flügel und Schenkel abschneiden) und auf dem Gemüse und mit dem feinen Saft z.B. in einer grossen Auflaufform anrichten.
- Man könnte auch ein grosses Poulet nehmen für 4 Personen, aber die kleinen sind viel zarter.
- Der Bratschlauch darf nicht hermetisch verschlossen sein, sonst zerplatzt er. Die herkömmlichen Schläuche haben aber Verschlüsse, die nicht ganz dicht sind. Trotzdem kann man einen kleinen Schnitt in den Schlauch machen, wenn man sieht, dass sich der Beutel im Ofen stark aufbläht.
- Das Poulet ist oft bereits mit Schnur zusammengebunden. Ansonsten kann man mit Küchenschnur Flügel, Schenkel und Öffnungen noch zusammenbinden.
- Poulets kann man im Sommer auch sehr gut auf dem Gasgrill braten. In einer Aluschale ohne Bratschlauch und das Gemüse separat. Gelegentlich mit wenig Bier übergiessen. Am besten das Bratthermometer tief ins Fleisch stecken und bis 75...80°C Kerntemperatur braten.

