

GRILL POULET GANZ

ZUTATEN

- 1 Poulet Ganz
- 600 g Kartoffeln
- 3 Karotten
- 2 Zwiebeln
- 1 Peperoni
- 1 Zuchetti
- 200 g Campignon
- Gewürzmischung:
 - 5 EL Olivenöl
 - 3 TL Salz
 - 1 TL Pfeffer
 - 3 TL Paprikapulver edelsüss
 - 1 TL Knoblauchpulver oder 3 Knoblauchzehen Frisch
 - 1 TL Rosmarin und/oder Thymian



ZUBEREITUNG

Den Backofen auf 190 °C Ober-/Unterhitze (oder 170 °C Umluft) vorheizen.

Alle Gewürze mit dem Öl zu einer schönen Marinade vermengen.

Das Gemüse in gleichmässige Würfel schneiden und auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen. mit der Hälfte der Marinade würzen.

Das Poulet innen und aussen mit Küchenpapier trocken tupfen. Danach mit der Ölmarinade einreiben. Auf das Blech zu dem Gemüse legen.

Das Poulet etwa 80-90 Minuten braten. Das Gemüse nach der Hälfte ein wenig wenden. Das Poulet alle 20–30 Minuten mit dem austretenden Bratensaft übergießen. Dadurch wird die Haut besonders knusprig.



Das Poulet ist fertig, wenn: die Haut goldbraun und knusprig ist, beim Einstechen in die dickste Stelle des Schenkels klarer Fleischsaft austritt, oder die Kerntemperatur 75–80 °C erreicht.

Das Poulet nach dem Herausnehmen 10 Minuten ruhen lassen, damit es saftig bleibt.

Tipp

Für eine besonders knusprige Haut kannst du die Ofentemperatur in den letzten 10 Minuten auf 220 °C erhöhen oder kurz die Grillfunktion einschalten. Achte dabei darauf, dass das Poulet nicht verbrennt.

Anstelle eines Poulet kann man auch einen Bruderhahn verwenden, der die Hälfte des Gewichts ausmacht. Die Garzeit beträgt dabei 45-55 Minuten. Auch hier kann man in den letzten Minuten die Temperatur noch höher stellen für eine knusprige Haut.