DON
Feine Kost

Stubenküken vom Blech mit Sommergemüse

Und so geht's:
Das Gemüse waschen und putzen. Die Aubergine längs in 1 cm dicke Scheiben und dann in 1x1 cm große Würfel schneiden, mit Salz bestreuen und etwa 20 Minuten ziehen lassen; auf eine dicke Lage Küchenpapier legen und mit einer weiteren dicken Lage Küchenpapier abdecken. Die Auberginenwürfel gründlich tockentupfen.

Das übrige Gemüse in etwa 1 cm große Würfel schneiden. Den Ofen auf 200° vorheizen.

Das Geflügel kalt waschen, mit Küchenpapier trockentupfen. Die Stubenküken innen salzen und pfeffern. Den Apfel schälen, putzen und vierteln. Den Apfel und Oregano in jedes Stubenküken füllen und die Öffnung mit Rouladennadeln zustecken.

Auf ein Backblech heißes Öl gießen, die Stubenküken auf das Blech legen und in die Backofenmitte schieben. Etwa 30 Minuten braten, dabei zwischendurch mehrmals wenden.

Inzwischen 1/3 vom Öl in einem großen Topf erhitzen und die Auberginenwürfel darin rundum anbraten. Herausnehmen und beiseite stellen.

Im Topf das restliche Öl erhitzen, gehacktes Sardellenfilets, kapern, Zwiebeln und Knoblauch andünsten, Zucchini und Paprikaschoten zugeben, nach 3 Minuten die Auberginenwürfel sowie den gehackten Thymian und Rosmarin. Wenig salzen, pfeffern und mit der Gemüsebrühe aufgiessen und zugedeckt bei mittlerer Hitze etwa 15 Minuten leise köcheln lassen.

Kurz vor dem Servieren das Sommergemüse auf das Blech, um die Stubenküken, verteilen.

Zutaten für 2-3 Personen:
2, 3 Stubenküken
1 mittl. süß- säuerlichen Apfel
2 Tl. Frischer Oregano, gehackt
4 Eßl. Olivenöl
Salz und Pfeffer
1 mittl. Aubergine
3 kl. Zucchini
1 gr. Rote Paprikaschote
1 kl. Gelbe Paprikaschote
2 kl. Tomaten, gehäutet, entk.und klein geschn.
1 Zwiebel, fein gehackt
2 Knoblauchzehen, fein gehackt
3 Eßl. Olivenöl
1 Sardellenfilet
2 Tl. Kapern, fein gehackt
1 Thymianzweig
1 Rosmarinzweig
100 ml Gemüsebrühe