

# Das Keulenkonzert

mit dem Hobbyfirstkoch Ingolf Gries

Jetzt gibt es was mit der Keule

– hier mein Menue...



## Hähnchenkeulen mit Spätzle

**Zutaten für ca. 4 Personen und vorbereiten:** 10 Hähnchenkeulen (etwa 1 kg) – mit Salz, Paprika und Curry würzen -, 1 kg Zucchini, 1 kg rote Paprika, 5 kleine Knoblauchzehen, 1 kl. Ingwerknolle (50g), 5 mittlere Zwiebeln – alles klein –siehe Foto- schneiden. 3 Dosen Tomaten geschält (á 400g), Kräuterbutter, 1kg Spätzle.  
Gewürze und Öle: Olivenöl, Salz, Zucker, Curry, Maggi, 1 Brühwürfel (Rindfleisch).



**Zubereitung:** 5 mittlere Zwiebeln in der Pfanne in Olivenöl, Curry und mit etwas Zucker glasieren. 1 kg Zucchini, 1 kg rote Paprika, 5 kleine Knoblauchzehen, 1 kl. Ingwerknolle (50g), in die Backofenschale einfüllen, die Zwiebeln dazugeben, 3 Dosen Tomaten geschält dazugeben, Salz, Curry, Olivenöl, Brühwürfel dazugeben, 500ml Wasser, Keulen dazu. Das ganze im Backofen bei ca. 180-200 Grad Celsius für ca. 90 min einstellen.

Spätzle in Olivenöl mit Kräuterbutter, Curry, Salz kurz anbraten.

Prüfen, abschmecken...OK, dann servieren.

**Serviert** wird das Menue mit Altbier.

**Allen Gästen hat es gut gemundet...**

**„Guten Appetit mit diesen**

**Keulen!“**

