Hähnchenschenkel mit Gemüse

Fleisch-Gerichte » Hähnchen » Hähnchenschenkel

Zutaten (4 Personen)

» 8 Hähnchenkeule(n)
» Salz & Pfeffer
» 1 Knoblauchzehe(n)
» 3EL Öl
» 2 grüne Paprika
» 2 Zucchini
» 1 Bd. Lauchzwiebel(n)
» 250g Cocktailtomaten
» Paprika-Pulver (edelsüß)
» 1/2 Knolle Knoblauchzehe(n)
» 100ml Weißwein

Bewertung

Beschaffung
in jedem Discounter

Kosten
6-10€

Zubereitungszeit
31-60min

Zubereitung

1. Die Hähnchenschenkel salzen, pfeffern. Knoblauchzehe abziehen und kleinschneiden. Das Öl erhitzen, Knoblauch zufügen. Das Geflügel darin unter Wenden ca. 15min braten. Den Ofen auf 200°C vorheizen.

2. Paprikaschoten, Zucchini, Lauchzwiebeln und Kirschtomaten abbrausen, putzen. Alles mundgerecht zerkleinern.

3. Die Hähnchenschenkel mit Paprikapulver bestreichen und wie die Paprikastückchen und die halbierte, ungeschälte Knoblauchknolle in einen Bräter legen. Den Wein angießen. Im Ofen ca. 10min schmoren.

4. Das restliche Gemüse zugeben. Weitere 10min garen. Mit Salz, Pfeffer und Paprika abschmecken. Die Knoblauchknolle entfernen. Fleisch und Gemüse anrichten, evtl. mit Petersilie garnieren. Dazu passen Kartoffeln.

Nährwerte: 460kcal pro Portion

angelegt am: 27.07.2003 Rezept-Nr: 550

Die Rezept-Datenbank - http://www.Rezept-Insel.de - ©2024 M.Hennicke