



Buttermilch-Hähnchen mit Kürbis

Zutaten

(für 4 Personen):

- 1 Hähnchen
- 1 L Buttermilch
- 250 ml Geflügelbrühe
- 1 kg Hokkaido-Kürbis
- 2 EL Öl
- 2 TL Thymian
- Salz und Pfeffer
- 150 g Feta
- 50 g Walnüsse
- 1 EL Honig



Nährwerte:

Pro Portion ca. 768 kcal, 39 g Fett, 38 g Kohlenhydrate, 54 g Eiweiß

Zubereitungszeit:

circa 75 Minuten (ohne Zeit zum Einlegen)



Buttermilch-Hähnchen mit Kürbis

Zubereitung:

1. Zuerst das Hähnchen mit der Buttermilch in einen Topf geben und 8 bis 12 Stunden im Kühlschrank darin einlegen. Währenddessen das Hähnchen ab und zu wenden.
2. Dann das Hähnchen aus der Buttermilch nehmen, abtupfen, die Brühe angießen und bei 200 Grad 75 Minuten im Ofen garen.
3. In der Zwischenzeit den Kürbis kleinschneiden, die Kerne entfernen und würfeln. Kürbiswürfel mit dem Öl mischen und für 10 Minuten zu dem Hähnchen in den Ofen geben. Kürbis mit Thymian, Salz und Pfeffer würzen. Dann Feta, gehackte Walnüsse und Honig untermischen und für weitere 5 bis 10 Minuten mit in den Ofen geben.





Buttermilch-Hähnchen mit Kürbis

4. Zum Schluss das Buttermilch-Hähnchen mit Kürbis anrichten und genießen. Lecker!



Achten Sie auf die deutsche Herkunft!

D
Schlupf

D
Aufzucht

D
Verarbeitung

Einkaufstipp

Heimische, nachhaltige und nach hohen Standards erzeugte Lebensmittel sind dir wichtig? Dann achte beim Einkauf von Geflügelfleisch auf die „D“s auf der Verpackung: diese garantieren dir Geflügelfleisch aus Deutschland.

Weitere Informationen rund um Geflügelfleisch aus Deutschland sowie viele leckere Rezepte finden Sie auf www.deutsches-gefluegel.de