

Paprika-Hähnchenschenkel mit Ratatouille-Nudeln

Zutaten

(für 4 Personen):

- 4 Hähnchenschenkel
- 6 EL Olivenöl
- 1 TL Paprika edelsüß
- 200 ml Geflügelbrühe
- 1 Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 2 Zucchini
- 1 Aubergine
- 3 Paprika
- 200 ml passierte Tomaten
- 1 TL italienische Kräuter
- 500 g Risoni-Nudeln
- 150 g Tomaten
- Salz und Pfeffer
- 4 EL Parmesan
- Thymian



Nährwerte:

Pro Portion ca. 903 kcal, 43 g Fett, 53 g Kohlenhydrate, 55 g Eiweiß

Zubereitungszeit:

75 Minuten (davon 60 Minuten Garzeit im Ofen)

Paprika-Hähnchenschenkel mit Ratatouille-Nudeln

Zubereitung:

1. Zuerst 4 EL Öl und Paprikapulver verrühren und die Hähnchenschenkel – wir achten beim Einkauf übrigens immer auf die heimische Herkunft – rundherum damit bestreichen.
2. Dann die Geflügelbrühe angießen und die Hähnchenschenkel bei 180 Grad im Ofen circa 50 bis 60 Minuten garen. Falls ihr euch fragt, warum wir die Brühe angießen. So gart das Geflügelfleisch besonders zart im Ofen. ☑
3. Während die Paprika-Hähnchenschenkel im Ofen garen, Zwiebel und Knoblauch schälen, fein hacken und in 2 EL Öl circa 3 bis 4 Minuten anschwitzen.

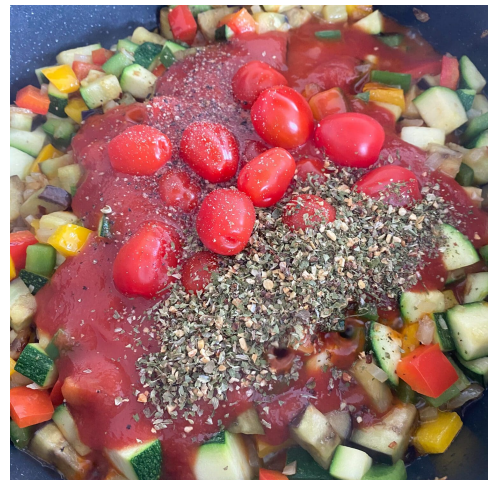


Paprika-Hähnchenschenkel mit Ratatouille-Nudeln

4. Dann Zucchini, Aubergine und Paprika putzen und kleinschneiden und circa 5 Minuten mitbraten.



5. Mit passierten Tomaten und italienischen Kräutern circa 10 Minuten köcheln lassen.
Nebenbei die Risoni-Nudeln garen.



6. Jetzt nur noch die Risoni-Nudeln unter das Gemüse mischen, alles verrühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken,...



7. ...mit den Paprika-Hähnchenschenkeln anrichten, mit Parmesan und

Paprika-Hähnchenschenkel mit Ratatouille-Nudeln

Thymian toppen und genießen. 🌿



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**