

Drumsticks mit Spargel und Rhabarber

Zutaten

(für 4 Personen):

1.2 kg Hähnchenunterschenkel
1 kg Spargel
1 Zwiebel
50 g gesalzene Butter
1 TL Wacholderbeeren
200 ml Sekt
200 ml Gemüsebrühe
2 Rosmarinzweige
2 EL Öl
100 g Rhabarber
3 EL Honig
Salz und Pfeffer



Nährwerte:

Pro Portion ca. 726 kcal, 35 g Fett, 31 g Kohlenhydrate, 56 g Eiweiß

Zubereitungszeit:

60 Minuten

Drumsticks mit Spargel und Rhabarber

Zubereitung:

1. Spargel schälen, holzige Enden entfernen. Zwiebel schälen und fein würfeln. Beides mit der Butter und den Wacholderbeeren in eine flache Form geben.
2. Sekt, Brühe und Rosmarin dazugeben und im Ofen bei 180 Grad circa 45 Minuten garen.
3. Hähnchenunterschenkel in dem Öl von allen Seiten...



Drumsticks mit Spargel und Rhabarber

4. ... scharf anbraten, bis sie schön goldbraun gebraten sind.



5. Rhabarber in feine Streifen schneiden, zwischen dem Spargel verteilen, Honig darüber geben. Hähnchenunterschenkel obenauf legen und alles weitere 15 bis 20 Minuten garen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.



6. Drumsticks mit Spargel und Rhabarber aus dem Ofen holen und geniieeeeeeeeeeeeeeeeeßen. 🍴





Drumsticks mit Spargel und Rhabarber



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**