WE LOVE GEFLÜGEL!

Weltbester Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Geschmorte Hähnchenschenkel in Tomatensauce

Zutaten (für 4 Personen):

4 Hähnchenschenkel
3 EL Olivenöl
1 Zwiebel
4 Knoblauchzehen
2 Dosen Tomaten (je 400 g)
250 ml Gemüsebrühe
1 TL Thymian
0.5 TL Rosmarin
75 g Oliven
Salz und Pfeffer
2 Baguettes



Nährwerte:

Pro Portion ca. 770 kcal, 35 g Fett, 61 g Kohlenhydrate, 49 g Eiweiß

Zubereitungszeit:

65 Minuten (davon 45 Minuten Schmor-Zeit)

WE LOVE GEFLÜGEL!

Weltbester Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Geschmorte Hähnchenschenkel in Tomatensauce

Zubereitung:

1. Hähnchenschenkel in dem Öl von jeder Seite 5 bis 7 Minuten scharf anbraten.



2. Mit Zwiebel und Knoblauch für weitere 2 bis 3 Minuten braten.



3. Tomaten, Brühe, Kräuter und Oliven dazugeben und 45 Minuten schmoren lassen.

WE LOVE GEFLÜGEL!

Weltbester Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Geschmorte Hähnchenschenkel in Tomatensauce



4. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit Baguette genießen.



WE LOVE GEFLÜGEL!

Weltbester Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Geschmorte Hähnchenschenkel in Tomatensauce



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-geflügel.de**