

Hähnchenschenkel mit Spinat-Kartoffelpüree

Zutaten

(für 4 Personen):

4 Hähnchenschenkel
4 TL Geflügelgewürz
200 ml Brühe
750 g Kartoffeln
250 g Spinat (Blatt- oder Rahmspinat)
250 ml Milch
2 EL Butter



Nährwerte:

Pro Portion ca. 533 kcal, 22 g Fett, 32 g Kohlenhydrate, 44 g Eiweiß

Zubereitungszeit:

Circa 65 Minuten (davon circa 60 Minuten Garzeit im Ofen)

Hähnchenschenkel mit Spinat-Kartoffelpüree

Zubereitung:

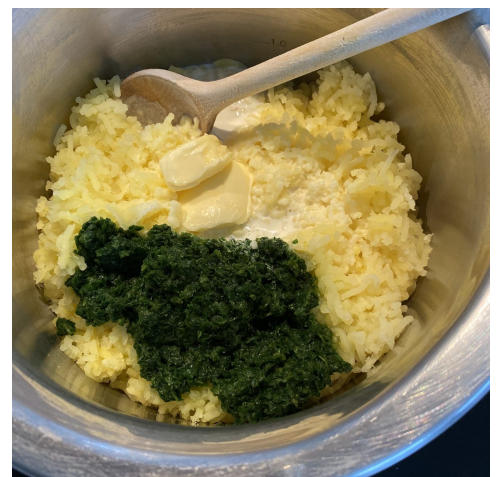
1. Die Hähnchenschenkel mit je 1 TL Gewürz einreiben,...



2. ...in eine Auflaufform geben und die Brühe angießen, dadurch bleiben sie beim Garen schön saftig. Jetzt ab damit in den Ofen bei 180 °C für circa 60 Minuten.



3. Währenddessen die Kartoffeln schälen, kochen und stampfen bzw. pürieren. Dann Spinat, Butter und Milch unter die gestampften Kartoffeln rühren.



Hähnchenschenkel mit Spinat-Kartoffelpüree

4. Anrichten und fertig. ☑



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