

Ofen-Hähnchen mit Zucchini und Tomaten

Zutaten

(für 4 Personen):

- 1 Hähnchen
- 1 Zitrone
- 6 Zweige Rosmarin
- 2 EL Öl
- 1 TL Paprika edelsüß
- 300 ml Geflügelfond
- 2 Zucchini
- 450 g Strauchtomaten
- 2 Knoblauchzehen



Nährwerte:

Pro Portion ca. 491 kcal, 26 g Fett, 7 g Kohlenhydrate, 54 g Eiweiß

Zubereitungszeit:

circa 100 Minuten (davon 90 Minuten Garzeit im Ofen)

Ofen-Hähnchen mit Zucchini und Tomaten

Zubereitung:

1. Zuerst die Zitrone in Scheiben schneiden und mit dem Hähnchen und dem Rosmarin in eine Auflaufform legen. Dann den Geflügelfond angießen. Dadurch wird das Hähnchenfleisch beim Garen im Ofen besonders zart.



2. Jetzt Öl und Paprika-Gewürz mischen, das Hähnchen damit einpinseln...



3. ...und alles für 60 Minuten im Ofen bei 180 °C garen.



Ofen-Hähnchen mit Zucchini und Tomaten

4. Dann den Knoblauch schälen und grob hacken. Die Zucchini waschen, in Stücke schneiden und mit den Tomaten und dem Knoblauch zu dem Hähnchen in die Auflaufform geben. Alles für weitere 20 bis 30 Minuten garen.



5. Und jetzt heißt es nur noch: Ofen-Hähnchen mit Zucchini und Tomaten genießen! Leckerschmecker!



Ofen-Hähnchen mit Zucchini und Tomaten



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**