

Zitronen-Hähnchenschenkel aus dem Ofen

Zutaten

(für 4 Personen):

4 Hähnchenschenkel
75 ml Öl
2 Knoblauchzehen
1 EL Honig
1 EL Senf
1 TL Oregano
3 Zitronen
Salz und Pfeffer
1 kg Kartoffel
Thymian
3 Zwiebeln
1 Zucchini



Nährwerte:

Pro Portion ca. 694 kcal, 25 g Fett, 55 g Kohlenhydrate, 58 g Eiweiß

Zubereitungszeit:

75 Minuten

Zitronen-Hähnchenschenkel aus dem Ofen

Zubereitung:

1. Für die Marinade Öl, gehackten Knoblauch, Honig, Senf, Oregano, Saft und Abrieb von zwei Zitronen mit einer Prise Salz und Pfeffer verrühren.
2. Hähnchenschenkel, Kartoffeln, Zucchini, Zwiebel und Zitrone in eine Auflaufform geben.
3. Marinade und Thymian darüber geben und circa 60 Minuten bei 180 Grad im Ofen garen.



Zitronen-Hähnchenschenkel aus dem Ofen

4. Zitronen-Hähnchenschenkel aus dem Ofen holen und geniieeeeßen.



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**