WE LOVE GEFLÜGEL!

Weltbester Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Orangen-Hähnchen

Zutaten (für 4 Personen):

1 Hähnchen
4 Knoblauchzehen
4 Zweige Thymian
4 Zweige Rosmarin
2 Zwiebeln
4 EL Öl
100 ml Weißwein
3 Orangen
100 g getrocknete Cranberries
150 g getrocknete Feigen
1 TL Zimt
250 ml Gemüsebrühe
Salz und Pfeffer
1 EL Honig
1 kg Kartoffeln



Nährwerte:

Pro Portion ca. 901 kcal, 28 g Fett, 89 g Kohlenhydrate, 57 g Eiweiß

Zubereitungszeit:

circa 75 Minuten

WE LOVE GEFLÜGEL!

Weltbester Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Orangen-Hähnchen

Zubereitung:

1. Zuerst die Zwiebeln schälen und klein schneiden. Zusammen mit dem Knoblauch und der Hälfte der Kräuter in 2 EL Öl anrösten.



2. Dann mit Weißwein ablöschen.



3. Jetzt die Orangen waschen und in Stücke schneiden und mit den Cranberries, den Feigen sowie dem Zimt und der Brühe in der Pfanne aufkochen.

Orangen-Hähnchen



4. Das Hähnchen mit den restlichen Kräutern füllen und von außen salzen.



5. Dann das Hähnchen mit der Fruchtmischung in eine Auflaufform geben und rundherum mit einer Mischung aus Honig und 2 EL Öl bestreichen.



Orangen-Hähnchen

6. Anschließend das Orangen-Hähnchen bei 180 Grad circa 1 Stunde im Ofen garen. Dabei mehrmals mit der Honig-Öl-Mischung einpinseln. Nebenbei die Kartoffeln garen.



7. Zum Schluss das Orangen-Hähnchen mit den Kartoffeln zusammen anrichten und genießen!



WE LOVE GEFLÜGEL!

Weltbester Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Orangen-Hähnchen



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**