



Hähnchenunterschenkel mit Auberginen

Zutaten

(für 4 Personen):

- 1.2 kg Hähnchenunterschenkel
- 6 EL Olivenöl
- 1 TL Paprika rosenscharf
- 2 Auberginen
- 2 Zwiebeln
- 3 Knoblauchzehen
- 2 TL Ras el-Hanout
- Petersilie
- Sesam
- 300 g Joghurt



Nährwerte:

Pro Portion ca. 705 kcal, 45 g Fett, 14 g Kohlenhydrate, 56 g Eiweiß

Zubereitungszeit:

80 Minuten (davon 70 Minuten Garzeit in der Pfanne ☒)



Hähnchenunterschenkel mit Auberginen

Zubereitung:

1. 4 EL Öl mit Paprikagewürz mischen, Auberginen und Zwiebeln damit bepinseln und den Knoblauch darüber pressen.



2. Hähnchenunterschenkel auf die Auberginen legen und mit Mischung aus 2 EL Öl und Ras el Hanout bestreichen.



3. Alles für circa 60 bis 70 Minuten bei 180 Grad garen.



WE LOVE GEFLÜGEL!



Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Hähnchenunterschenkel mit Auberginen

4. Mit Sesam und gehackter Petersilie bestreuen und mit Joghurt genießen.



Achten Sie auf die deutsche Herkunft!

D
Schlupf

D
Aufzucht

D
Verarbeitung

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