WE LOVE GEFLÜGEL!

Weltbester Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Hähnchenschenkel in Tomatensauce mit Pasta

Zutaten (für 4 Personen):

4 Hähnchenschenkel
2 EL Öl
1 Zwiebel
2 Knoblauchzehen
1 EL Tomatenmark
500 ml passierte Tomaten
2250 ml Gemüsebrühe
2 TL italienische Kräuter
Salz und Pfeffer
400 g Pasta
100 g Tomaten
Petersilie
25 g Pinienkerne



Nährwerte:

Pro Portion ca. 626 kcal, 25 g Fett, 49 g Kohlenhydrate, 48 g Eiweiß

Zubereitungszeit:

circa 60 Minuten

WE LOVE GEFLÜGEL!

Weltbester Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Hähnchenschenkel in Tomatensauce mit Pasta

Zubereitung:

1. Zuerst die Hähnchenschenkel in dem Öl von jeder Seite 5 bis 7 Minuten scharf anbraten…



2. …und in eine Auflaufform legen.



3. Dann Zwiebel und Knoblauch schälen, fein hacken und in dem Bratfett anschwitzen.

Hähnchenschenkel in Tomatensauce mit Pasta



4. Das Tomatenmark kurz mit anrösten.



5. Nach ein paar Minuten passierte Tomaten, Brühe und italienische Kräuter untermischen und alles mit Salz und Pfeffer abschmecken.



Hähnchenschenkel in Tomatensauce mit Pasta

6. Nun die Sauce über die Hähnchenschenkel geben und 45 Minuten bei 180 Grad garen. Nebenbei die Pasta kochen.



7. Die Tomaten halbieren und für die letzten 10 Minuten im Ofen mit garen.



8. Zum Schluss die Hähnchenschenkel in Tomatensauce mit der Pasta anrichten und mit Pinienkernen und Petersilie genießen.



WE LOVE GEFLÜGEL!

Weltbester Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Hähnchenschenkel in Tomatensauce mit Pasta



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**