WE LOVE GEFLÜGEL!

Weltbester Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Drumsticks auf Linsengemüse

Zutaten (für 4 Personen):



1.2 kg Hähnchenunterschenkel
2 EL Öl
2 Stangen Lauch
150 g Bacon
2 Dosen Linsen
250 ml Geflügelbrühe
250 g Tomaten
Salz und Pfeffer
2 Zweige Rosmarin

Nährwerte:

Pro Portion ca. 618 kcal, 38 g Fett, 22 g Kohlenhydrate, 38 g Eiweiß

Zubereitungszeit:

circa 45 Minuten

WE LOVE GEFLÜGEL!

Weltbester Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Drumsticks auf Linsengemüse

Zubereitung:

1. Hähnchenunterschenkel in dem Öl von allen Seiten scharf anbraten…



2. …bis sie schön goldbraun sind. Kurz zur Seite stellen.



3. Lauch putzen, in Ringe schneiden und mit dem Bacon in dem Bratfett anbraten.

Drumsticks auf Linsengemüse



4. Mit Linsen, Geflügelbrühe und halbierten Tomaten aufkochen.



5. Drumsticks obenauf legen…



Drumsticks auf Linsengemüse

6. …und alles bei 180 Grad circa 25 Minuten im Ofen garen. Nach Belieben mit Salz und Pfeffer abschmecken.



7. Hähnchen-Drumsticks auf Linsengemüse aus dem Ofen holen, mit Rosmarin toppen und genießen.



WE LOVE GEFLÜGEL!

Weltbester Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Drumsticks auf Linsengemüse



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**