WE LOVE GEFLÜGEL!

Weltbester Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Drumsticks mit Pastasotto und grünem Spargel

Zutaten (für 4 Personen):

8 Hähnchenunterkeulen
2 TL Geflügelgewürz
4 EL Olivenöl
1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe
250 g Kritharaki
150 ml Weißwein
250 ml passierte Tomaten
400 ml Geflügelfond
100 g Feta
1 TL Rosmarin (gemahlen)
Salz und Pfeffer
750 g Spargel
25 g Butter



Nährwerte:

Pro Portion ca. 858 kcal, 44 g Fett, 69 g Kohlenhydrate, 40 g Eiweiß

Zubereitungszeit:

circa 60 Minuten

WE LOVE GEFLÜGEL!

Weltbester Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Drumsticks mit Pastasotto und grünem Spargel

Zubereitung:

1. Als erstes 3 EL Öl mit Geflügelgewürz mischen und Drumsticks mit der Marinade rundherum bestreichen.



2. Dann bei 160 Grad für circa 30 bis 35 Minuten im Ofen garen.



3. Zwiebel und Knoblauch schälen, kleinschneiden und anschließend in 1 EL Öl glasig anschwitzen.

Drumsticks mit Pastasotto und grünem Spargel



4. Dann Kritharaki für 2 bis 3 Minuten dazugeben.



5. Mit Weißwein ablöschen und einreduzieren lassen.



Drumsticks mit Pastasotto und grünem Spargel

6. Danach passierte Tomaten und Brühe hinzugeben und alles zusammen für circa 20 bis 25 Minuten köcheln lassen.



7. Im nächsten Schritt Feta in kleine Stücke schneiden und zusammen mit Rosmarin unterrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.



8. Als nächstes den Spargel waschen und die holzigen Enden abschneiden.



Drumsticks mit Pastasotto und grünem Spargel

9. Anschließend in Salzwasser bissfest garen und danach in geschmolzener Butter schwenken.



10. Jetzt nur noch alles zusammen anrichten und köstliche Drumsticks genießen!



WE LOVE GEFLÜGEL!

Weltbester Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Drumsticks mit Pastasotto und grünem Spargel



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**