WE LOVE GEFLÜGEL!

Weltbester Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Hähnchenschenkel in Senfsauce

Zutaten (für 4 Personen):

4 Hähnchenschenkel
2 EL Öl
400 g Champignons
1 Stange Lauch
2 EL Butter
2 EL Mehl
200 ml Sahne
200 ml Gemüsebrühe
100 ml Apfelsaft
1 Zitrone
2 Knoblauchzehen
2 EL Senf
Salz und Pfeffer



Nährwerte:

Pro Portion ca. 849 kcal, 56 g Fett, 28 g Kohlenhydrate, 34 g Eiweiß

Zubereitungszeit:

circa 45 Minuten

WE LOVE GEFLÜGEL!

Weltbester Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Hähnchenschenkel in Senfsauce

Zubereitung:

1. Zuerst die Hähnchenschenkel in dem Öl von beiden Seiten…



2. …scharf anbraten. Sie können ruhig etwas dunkler werden, da sie gleich noch in der Sauce garen und wieder etwas Farbe verlieren. Kurz zur Seite stellen.



3. Dann Champignons und Lauch putzen, kleinschneiden und in dem Bratfett anschwitzen. Ebenfalls kurz zur Seite stellen.

Hähnchenschenkel in Senfsauce



4. Als nächstes die Butter in der Pfanne schmelzen und das Mehl einrühren.



5. Jetzt Sahne, Brühe, Apfelsaft, Zitronensaft, Knoblauch und Senf unterrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.



Hähnchenschenkel in Senfsauce

6. Die Hähnchenschenkel in die Sauce geben und 25 bis 30 Minuten zu Ende garen.



7. Nur noch Champignons und Lauch unterrühren, noch einmal aufkochen…



8. …anrichten und genießen!



WE LOVE GEFLÜGEL!

Weltbester Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Hähnchenschenkel in Senfsauce



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**