WE LOVE GEFLÜGEL!

Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Chicken Drumsticks in Tomatensauce mit Ofenkartoffeln

Zutaten (für 4 Personen):

1 kg Hähnchenunterschenkel
4 große Kartoffeln
1 Zwiebel
2 Knoblauchzehen
3 EL Öl
500 ml passierte Tomaten
5 Spritzer Tabasco
2 EL Honig
Salz und Pfeffer
150 g Kräuterquark
Petersilie

Nährwerte:

Pro Portion ca. 698 kcal, 42 g Fett, 12 g Kohlenhydrate, 37 g Eiweiß

Zubereitungszeit:

circa 65 Minuten

WE LOVE GEFLÜGEL!

Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Chicken Drumsticks in Tomatensauce mit Ofenkartoffeln

Zubereitung:

1. Zuerst die Kartoffeln putzen, mit 2 EL Öl einreiben und 60 Minuten bei 180 Grad im Ofen garen.

2. Dann Zwiebel und Knoblauch schälen, fein würfeln und in 1 EL Öl anschwitzen.

3. Mit passierten Tomaten, Tabasco und Honig aufkochen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Chicken Drumsticks in Tomatensauce mit Ofenkartoffeln

4. Jetzt die Hähnchenunterschenkel in eine Auflaufform legen.

5. Die Tomatensauce über die Hähnchenunterschenkel geben und für circa 35 bis 45 Minuten bei 180 Grad zu den Kartoffeln in den Ofen geben.

6. Zum Schluss die Chicken Drumsticks mit den Kartoffeln anrichten und mit Quark und Petersilie genießen!

WE LOVE GEFLÜGEL!

Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Chicken Drumsticks in Tomatensauce mit Ofenkartoffeln

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**