WE LOVE GEFLÜGEL!

Weltbester Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Curry-Pollo Fino mit Brokkoli

Zutaten (für 4 Personen):

4 Pollo Fino
1 EL Olivenöl
1 TL Paprika edelsüß
2 TL Curry
2 EL Worcestershiresauce
Salz und Pfeffer
1 Zitrone
500 g Brokkoli
1 TL roter Pfeffer
2 Lauchzwiebeln



Nährwerte:

Pro Portion ca. 366 kcal, 22 g Fett, 10 g Kohlenhydrate, 34 g Eiweiß

Zubereitungszeit:

circa 35 Minuten

WE LOVE GEFLÜGEL!

Weltbester Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Curry-Pollo Fino mit Brokkoli

Zubereitung:

1. Zuerst für die Marinade Öl mit Paprikagewürz, Curry, Worcestershiresauce, einer Prise Salz und Pfeffer und Zitronensaft verrühren.



2. Dann die Hähnchenoberkeulen rundherum mit der Marinade bestreichen.



3. Anschließend in den Ofen geben und bei 200 Grad circa 20 Minuten garen.

WE LOVE GEFLÜGEL!

Weltbester Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Curry-Pollo Fino mit Brokkoli



4. Inzwischen den Brokkoli in Röschen teilen und mit der restlichen Marinade und 2 EL Wasser mischen.



5. Dann die Brokkoli-Röschen zum Pollo Fino in den Ofen geben und alles weitere 25 Minuten garen.



WE LOVE GEFLÜGEL!

Weltbester Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Curry-Pollo Fino mit Brokkoli

6. Zum Schluss das Curry-Pollo Fino auf dem Brokkoli anrichten und mit rotem Pfeffer und Lauchzwiebelringen genießen.





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**