

Hähnchen-Keulen auf Kartoffel-Möhren-Bett

Für 2 Portionen

300 g Kartoffeln, festk.	300 g Möhre	6 Schalotten
2 Rosmarin-Zweige	2 Knoblauchzehen	2 Hähnchenkeulen
$\frac{1}{2}$ TL Korianderpulver	1 TL Salz und Pfeffer	$\frac{1}{2}$ TL Paprikapulver, edelsüß
5 EL Olivenöl	6 Stiele Blattpetersilie	1 TL Bio-Zitronen-Abrieb

Die Kartoffeln putzen und je nach Größe halbieren oder vierteln. Die Möhren putzen, schälen und schräg in 2 cm dicke Scheiben schneiden.

Schalotten der Länge nach vierteln. Rosmarin-Nadeln abzupfen und mit dem Knoblauch fein hacken.

Das Gemüse mit Rosmarin, Knoblauch und Fleisch in eine große Schüssel geben. Koriander, 1-2 TL Salz, Pfeffer und Paprikapulver mischen. Öl dazugeben und alles mit den Händen gut durchmischen und dann auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech geben, die Hähnchenteile mit der Hautseite nach oben. Im heißen Ofen bei 220 °C Ober-/Unterhitze, Umluft 200 °C, im unteren Drittel in 35-40 Minuten goldbraun braten.

Petersilienblätter abzupfen, fein schneiden und mit der Zitronenschale mischen. Das Blech herausnehmen, den Petersilien-Zitronenmix über Fleisch und Gemüse verteilen und servieren.

Dazu passt ein frischer Blattsalat mit Zitronen-Vinaigrette.

NN am 09. April 2025