



Hähnchenschenkel italienische Art

auf Gnocchi mit Fenchel-Tomaten-Sauce



ca. 45min



2 Personen

Wenn du gerne den Ofen den Großteil der Arbeit machen lässt, dann wird dir dieses Gericht gefallen: Hähnchenschenkel und Fenchelgemüse werden flugs gewürzt und verfeinert und dann sich selbst überlassen. Daneben hast du Zeit, die mit Basilikum verfeinerten Gnocchi vorzubereiten. Und wenn alles fertig ist, ist schon längst der Tisch gedeckt!

Was du von uns bekommst

- 1 Fenchelknolle
- 1 rote Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Packung Hähnchenschenkel
- 1 Päckchen italienische Gewürzmischung
- 200g Tomatensauce mit Basilikum
- 1 Stückchen Hartkäse ^{3,7}
- 500g Gnocchi ¹
- 20g Basilikum

Was du zu Hause benötigst

- Salz und Pfeffer
- Olivenöl

Küchenutensilien

- Backofen und Auflaufform
- große Pfanne
- Küchenreibe

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

Allergene

Gluten (1), Eier (3), Milch (7). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 1055kcal, Fett 50.3g, Kohlenhydrate 97.3g, Eiweiß 55.6g



1. Gemüse schneiden

Den Backofen auf 240°C (220°C Umluft) vorheizen. Den **Fenchel** längs halbieren und quer in dünne Scheiben schneiden. Die **Zwiebel** schälen, halbieren und in schmale Spalten schneiden. Den **Knoblauch** schälen und in feine Scheibchen schneiden.



2. Fleisch würzen

Das **Fleisch** trocken tupfen und mit 1EL Olivenöl, der **Gewürzmischung** und je 1 Prise Salz und Pfeffer einreiben.



3. Gemüse und Fleisch backen

Den **Fenchel**, die **Zwiebeln** und den **Knoblauch** in einer mittelgroßen Auflaufform mit der **Tomatensauce** und je 1 Prise Salz und Pfeffer vermengen. Das **Fleisch** mit der Hautseite nach oben auf das **Gemüse** legen und alles im Ofen 15Min. garen. Dann das **Fleisch** wenden und weitere 10Min. garen. Erneut wenden und noch 5-10Min. backen, bis das **Fleisch** knusprig ist.



4. Käse reiben

Den **Käse** fein reiben.



5. Gnocchi braten

Nach dem letzten Wenden der **Hähnchenschenkel** die **Gnocchi** in einer großen Pfanne mit 1EL Olivenöl bei mittlerer Hitze ca. 6Min. goldbraun anbraten. **Tipp:** Sollten die **Gnocchi** beim Braten anhaften, einfach etwas Wasser hinzugeben.



6. Anrichten und servieren

Das **Basilikum** samt **Stängeln** fein schneiden. Die **1/2 des Basilikums** und die **1/2 des Käses** unter die **Gnocchi** mengen. Das **Gemüse** mit Salz und Pfeffer abschmecken und die **Gnocchi** und die **Hähnchenschenkel** auf dem **Gemüse** anrichten. Mit dem **restlichen Basilikum** und **Käse** garnieren und servieren.