



Hähnchenschenkel mit Rahmgemüse

auf Kartoffelpüree mit Haselnüssen



ca. 40min



2 Personen

Wer glaubt, er könne einen durchwachsenen Arbeitstag durch wohlig-warmes Essen kompensieren, hat wahrscheinlich recht. Und wenn nicht, war es zumindest einen Versuch wert, oder? Dann ran an den kulinarischen Experimentierkasten! Damit uns das Ganze nicht um die Ohren fliegt, haben wir vorgetestet: Es gibt lecker-knusprige Hähnchenschenkel zu cremig-nussigem Kartoffelpüree und Karotten-Pilz-Gemüse. Perfekt!

Was du von uns bekommst

- 2 Hähnchenschenkel
- 1 Päckchen Bratkartoffelgewürz
- 1 Packung mehligkochende Kartoffeln
- 250g braune Champignons
- 1 Karotte
- 1 Lauchzwiebel
- 50g blanchierte Haselnusskerne¹⁵
- 1 Becher Crème fraîche⁷

Was du zu Hause benötigst

- 1 EL Butter⁷
- Salz und Pfeffer
- Olivenöl

Küchenutensilien

- Backofen
- Backblech und Backpapier
- mittelgroßer Topf mit Deckel
- mittelgroße Pfanne
- Kartoffelstampfer
- Sparschäler
- Messbecher
- Sieb

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

Allergene

Milch (7), Nüsse (15). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 1088kcal, Fett 74.7g, Kohlenhydrate 55.4g, Eiweiß 47.7g



1. Fleisch backen

Den Backofen auf 250°C (230°C Umluft) vorheizen. Das **Fleisch** trocken tupfen und mit der **1/2 des Bratkartoffelgewürzes**, 1-2EL Olivenöl und je 1 Prise Salz und Pfeffer einreiben. Das **Fleisch** mit der Hautseite nach unten auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech geben und im vorgeheizten Ofen 30-35Min. goldbraun und gar backen. Nach der Hälfte der Zeit wenden.



4. Nüsse vorbereiten

Die **Haselnüsse** in einer mittelgroßen Pfanne ohne Zugabe von Fett bei mittlerer Hitze 1-2Min. goldbraun anrösten. **Vorsicht**, sie können schnell zu dunkel werden. Anschließend grob hacken.



2. Kartoffeln kochen

In einem mittelgroßen Topf ausreichend gesalzenes Wasser für die **Kartoffeln** zum Kochen bringen. Die **Kartoffeln** schälen und je nach Größe halbieren oder vierteln. In das kochende Wasser geben und in ca. 15Min. bissfest kochen. Mit einer Tasse etwas **Kochwasser** abschöpfen, dann die **Kartoffeln** in ein Sieb abgießen. Zurück in den Topf geben und abgedeckt warm halten.



5. Gemüse garen

Die **Pilze** in der Pfanne mit 2EL Olivenöl bei starker Hitze 2-3Min. anbraten. Die **Karotten** und die **Lauchzwiebeln** zugeben und 1-2Min. mitbraten. Mit 100ml Wasser ablöschen und 2-3Min. garen, bis das Wasser fast verdampft ist und die **Karotten** bissfest sind. **3/4 der Crème fraîche** unterrühren und mit dem **restlichen Bratkartoffelgewürz** sowie Salz und Pfeffer abschmecken.



3. Gemüse schneiden

Die **Pilze** ggf. säubern und vierteln. Die **Karotte** ggf. schälen und schräg in dünne Scheiben schneiden. Die **Lauchzwiebel** schräg in feine Ringe schneiden. Einige **grüne Lauchzwiebelringe** für die **Garnitur** beiseitelegen.



6. Püree zubereiten

Die **Kartoffeln** mit der **übrigen Crème fraîche**, 1EL Butter und etwas **Kochwasser** zu einem **Püree** stampfen. Mit Salz abschmecken und die **Nüsse** untermengen. Das **Püree** und das **Rahmgemüse** auf Teller verteilen, das **Fleisch** darauf anrichten und nach Belieben mit dem **Bratensaft** beträufeln. Mit dem **Lauchzwiebelgrün** garnieren und servieren.

Verzichte auf gedruckte Rezepte - ändere die Einstellungen im Kundenkonto. Fragen zur Zubereitung oder zum Rezept? Deine Koch-Hotline: **030 208 480 510**

Schau dir das Rezept in deinem Konto auf marleyspoon.de an. [@](#) [f](#) [v](#) [#marleyspooning](#)