



Gebackenes Hähnchen mit Oliven

auf buntem Kartoffel-Paprika-Gemüse



30-40min



2 Personen

Unser Koch Matthias hat heute ein saftiges Ofenhähnchen mit einem würzigen Relish für dich! Die aromatische Sauce aus Oliven, Knofi, Chili und Tomaten wird mit frischer Minze abgeschmeckt - für deine Geschmacksknospen ein kleines Erlebnis und auch für deine Liebsten am Esstisch ganz sicher ein kulinarisches Highlight! Und als perfekte Ergänzung dazu: gebackenes Kartoffel-Paprika-Gemüse. Guten Appetit!

Was du von uns bekommst

- 1 Packung festkochende Kartoffeln
- 1 rote Paprika
- 1 gelbe Paprika
- 1 Knoblauchzehe
- 1 rote Peperoni
- 1 Packung schwarze Oliven
- 1 Tomate
- 10g Minze & Dill
- 1 Packung Hähnchenbrustfilet

Was du zu Hause benötigst

- Salz und Pfeffer
- Olivenöl

Küchenutensilien

- Backofen
- Backblech und Backpapier
- mittelgroße Pfanne

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

Allergene

Kann Spuren von Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 581kcal, Fett 19.5g,
Kohlenhydrate 55.0g, Eiweiß 37.9g



1. Kartoffeln vorbacken

Den Backofen auf 220°C Umluft (240°C Ober-/Unterhitze) vorheizen. Die **Kartoffeln** in ca. 2cm dicke Scheiben schneiden, mit 1EL Olivenöl und etwas Salz mischen, auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech verteilen und ca. 10Min. im Ofen vorbacken.



4. Kräuter schneiden

Die **Minzeblätter** abzupfen und in feine Streifen schneiden. Die **Dillspitzen** abzupfen und ebenfalls fein schneiden.



2. Paprika schneiden

Die **Paprika** vierteln, entkernen und in ca. 2cm große Stücke schneiden. Die **Paprika** nach den 10Min. Backzeit mit den **Kartoffeln**, 1EL Olivenöl und etwas Salz und Pfeffer vermengen und das **Gemüse** weitere 10-15Min. im Ofen goldbraun rösten.



5. Fleisch braten

Das **Fleisch** trocken tupfen, mit Salz und Pfeffer würzen und in einer mittelgroßen Pfanne mit 1-2EL Olivenöl bei mittlerer bis starker Hitze auf jeder Seite 1-2Min. goldbraun anbraten. Dann zum **Kartoffel-Paprika-Gemüse** auf das Blech geben und die letzten 6-8Min. der Backzeit mitgaren, bis das **Fleisch** durch ist. Die Pfanne nicht auswischen.



3. Relish vorbereiten

Währenddessen den **Knoblauch** schälen und fein würfeln. Die **Chilischote** längs halbieren, **je nach Schärfewunsch** entkernen und in feine Streifen schneiden. Die **Oliven** ebenfalls in feine Streifen schneiden. Die **Tomate** vierteln, dann in feine Würfel schneiden.



6. Relish fertigstellen

Die Pfanne erneut erhitzen und den **Knoblauch**, die **Chili**, die **Oliven** und die **Tomaten** 1-2Min. anbraten, dann vom Herd nehmen. Die **Minze** untermischen und mit Salz abschmecken. Den **Dill** unter das **Ofengemüse** mischen, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das **Hähnchen** schräg in Tranchen schneiden, mit dem **Ofengemüse** und dem **Relish** anrichten und servieren.