



Hähnchenoberkeulen mit Estragonsauce

dazu Stampfkartoffeln und Ofengemüse



ca. 45min



3-4 Personen

Hähnchenkeulen sind etwas ganz Feines. Außen wunderbar knusprig und goldbraun, innen butterart - so mögen wir sie am liebsten. Deshalb garen wir unser Hähnchen heute im Ofen, zusammen mit winterlichen Karotten und feinem Rosenkohl, denen die Röstaromen ebenfalls ganz hervorragend stehen. Dazu servieren wir fluffiges Kartoffelpüree und eine herrlich cremige Sauce mit aromatischem Estragon. Ein rundum stimmiges Gericht!

- 1kg mehligkochende Kartoffeln
- 3 Karotten
- 400g Rosenkohl
- 4 Hähnchenoberkeulen
- 2 Schalotten
- 3 Knoblauchzehen
- 1 Pck. Hühnerbrühwürz
- 10g Estragon
- 1 Becher Crème fraîche ²

- 5EL Butter ²
- 4EL Milch ²
- 2TL Weizenmehl ¹
- Salz und Pfeffer
- Olivenöl

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

Allergene
Gluten (1), Milch (2). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Energie 864kcal, Fett 49.9g,
Kohlenhydrate 64.0g, Eiweiß 37.0g



1. Gemüse vorbereiten

4. Sauce kochen

Die **Sauce** bei starker Hitze 2-3Min. unter Rühren einköcheln lassen. Inzwischen den **Estragon** von den Stängeln streifen und fein schneiden, dann mit der **Crème fraîche** in die **Sauce** rühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Topf vom Herd nehmen und abgedeckt warm halten.



2. Fleisch und Gemüse backen

A top-down view of a stainless steel mesh strainer filled with bright yellow, sliced potato pieces. The strainer has two handles, one of which is dark blue. The background is a plain, light grey surface.

5. Kartoffeln kochen

Die **Kartoffeln** schälen und in ca. 1 cm dicke Scheiben schneiden, in das kochende Wasser geben und in 10-14Min. gar kochen. In ein Sieb abgießen und zurück in den Topf geben.



3. Sauce ansetzen

A stainless steel bowl with two handles, filled with bright yellow mashed potatoes. The bowl is centered on a light-colored, textured surface. The potatoes are smooth and fluffy, with some small dark specks visible, possibly herbs or spices. The lighting is even, highlighting the texture of the potatoes and the metallic sheen of the bowl.

6. Püree stampfen

Die **Kartoffeln** mit 2EL Butter und 4EL Milch zu einem cremigen **Püree** stampfen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das **Ofengemüse** und die **Stampfkartoffeln** mit der **Estragonsauce** anrichten, die **Hähnchenoberkeulen** auf der **Sauce** platzieren und servieren.