



Hähnchenschenkel mit Cranberrysauce

dazu bunte Bete und Kartoffel-Karotten-Stampf



30-40min



2 Personen

Ihren Namen verdankt die Cranberry dem majestätischen Kranich: Der große Vogel bevorzugt eine saisonal angepasste Ernährung und findet im Herbst Getreide und Beeren besonders lecker, darunter eben auch besagte Cranberry. Sie ist äußerst schmackhaft und verfeinert hervorragend die köstliche Sauce zum cremigen Gemüsestampf und den oreganomatischen Hähnchenschenkeln! Beerenstark!

- 1 Rote Bete
- 1 gelbe Bete
- 1 Pck. getrockneter Oregano
- 2 Hähnchenschenkel
- 1 Pck. mehligkochende Kartoffeln
- 1 Karotte
- 1 Zwiebel
- 25g getrocknete Cranberrys
- 1 Pck. Gemüsebrühgewürz
- 5g Thymian

- 1TL Weizenmehl ¹
- Salz und Pfeffer
- Honig oder Zucker
- Olivenöl
- Essig

- Backofen
- Backblech und Backpapier
- mittelgroßer Topf mit Deckel
- kleine Pfanne
- Stabmixer mit hohem Gefäß
- Sparschäler
- Messbecher
- Kartoffelstampfer
- Sieb

Energie 931kcal, Fett 48.5g,
Kohlenhydrate 76.5g, Eiweiß 42.0g



4. Gemüse kochen

2. Fleisch und Bete backen

5. Sauce zubereiten

3. Gemüse schneiden

6. Püree stampfen

Schau dir das Rezept in deinem Konto auf marleyspoon.de an. [!\[\]\(c50c8b7b2cc2cf9ff925edec0ee94c0d_img.jpg\)](#) [!\[\]\(8bed43dc33ecdde61e2f76c8f5517125_img.jpg\)](#) [!\[\]\(047f882704cdc566325d0a83645d692e_img.jpg\)](#) **#marleyspooning**