



XXL: Hähnchenkeule auf buntem Bohneneintopf

mit aromatischen Kräutern, Feta und Röstbrot



ca. 45min



2 Personen

Heute ist dein Tag, dein großer Tag. Um ganz genau zu sein: dein XXL-Tag! Denn egal, ob du mal wieder die gesamte Familie am Tisch zusammenbringen willst, einen geselligen Abend mit Freunden planst oder für dich selbst vorkochen willst - unsere doppelte Portion macht es möglich! Einmal kochen, zweimal genießen: Einfach, praktisch, lecker. (Dieses Rezept ergibt je nach gewählter Kochbox 4 oder 8 Portionen.)

- 4 Hähnchenoberkeulen
- 1 Päckchen Knoblauch-Kräuter-Gewürzmischung
- 1 Dose weiße Bio-Bohnen
- 2 Stangen Lauch
- 1 Zucchini
- 1 Knoblauchzehe
- 2 Baguettebrötchen ¹
- 50g Feta ²
- 10g Minze & Dill
- 1 Päckchen italienische Gewürzmischung
- 1 Päckchen Hühnerbrühwürstchen
- 250g grüne Bohnen

- Salz und Pfeffer
- Olivenöl
- Essig

- Backofen
- Backblech und Backpapier
- großer Topf mit Deckel
- Messbecher
- Sieb

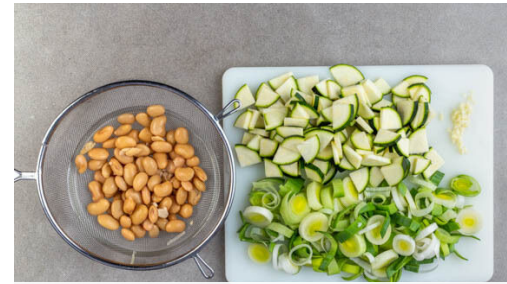
Energie 723kcal, Fett 38.9g,
Kohlenhydrate 53.3g, Eiweiß 39.5g



Den Backofen auf 240°C (220°C Umluft) vorheizen. Das **Fleisch** trocken tupfen und mit der Hautseite nach oben auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen. Mit 2EL Olivenöl beträufeln und mit der **Knoblauch-Kräuter-Gewürzmischung** und je 1 kräftigen Prise Salz und Pfeffer bestreuen. Das **Fleisch** wenden und mit der Hautseite nach unten ca. 15Min. im Ofen backen.



Das **Fleisch** wenden. Die **Brötchenhälften** mit der Schnittfläche durch das ausgetretene Fett ziehen und mit der Schnittseite nach oben auf das Blech legen. Das **Fleisch** mit den **Brötchen** 4-5Min. weiterbacken, bis die **Brötchen** leicht knusprig sind. Die **Brötchen** vom Blech nehmen und das **Fleisch** weitere ca. 10Min. backen, bis es appetitlich gebräunt und durchgegart ist.



Die **weißen Bohnen** in einem Sieb mit kaltem Wasser abspülen und abtropfen lassen. Den **Lauch** in dünne Ringe schneiden. Die **Zucchini** längs vierteln und in dünne Scheiben schneiden. Den **Knoblauch** schälen und fein würfeln.



Den **Knoblauch** und den **Lauch** in einem großen Topf mit 2EL Olivenöl und der **italienischen Gewürzmischung** bei mittlerer Hitze ca. 2Min. anbraten. 400–500ml Wasser angießen, das **Brühgewürz** einrühren und die **weißen** und die **grünen Bohnen** zugeben. Zum Kochen bringen und abgedeckt ca. 5Min. köcheln lassen. Die **Zucchini** zugeben und den **Eintopf** ca. 5Min. weiterköcheln.



Die **Baguettebrötchen** längs halbieren. Den **Feta** mit den Fingern oder einer Gabel zerkrümeln. Die **Minzeblätter** abzupfen und fein schneiden. Den **Dill samt Stängeln** fein schneiden.



Den **Eintopf** ohne Deckel weitere 2-3Min. köcheln lassen, bis das **Gemüse** gar ist. Vom Herd nehmen, 1EL Essig einrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das **Fleisch** mit dem **Eintopf** anrichten, nach Geschmack mit frisch gemahlenem Pfeffer bestreuen und mit dem **Feta** und den **Kräutern** garniert servieren. Die **Brötchen** ggf. in Scheiben schneiden und dazu reichen.

Schau dir das Rezept in deinem Konto auf marleyspoon.de an. [!\[\]\(235bfe13ebf007ce2eea9e689707fac7_img.jpg\)](#) [!\[\]\(bbad87fcdf5285698c00ff2227464bf2_img.jpg\)](#) [!\[\]\(f40fcf1439bdf0ff0174e7d9c96d1715_img.jpg\)](#) **#marleyspooning**