



Hähnchendrumsticks mit Paprikakraut

und knusprigen Kartoffelküchlein



40-50min



3-4 Personen

Es geht doch nichts über den köstlichen Duft von gebratenen Hähnchen! Glücklicherweise musst du dir diese nicht erst wie dereinst Max und Moritz mühsam durch den Schornstein angeln, sondern bekommst heute in deiner Box alle Zutaten für ein fabelhaftes Mahl aus besten Hähnchendrumsticks, knusprigen Kartoffel-Speck-Küchlein und knackig gebratenem Paprikakraut bis an die Wohnungstür geliefert! Guten Appetit!

Was du von uns bekommst

- 1kg mehligkochende Kartoffeln
- 2 Packungen Hähnchendrumsticks
- 1 Weißkohl
- 2 Lauchzwiebeln
- 1 Packung gewürfelter Speck
- 1 Becher Crème fraîche ⁷
- 2 Eier ³
- 1 Päckchen edelsüßes Paprikapulver
- 1 Päckchen ganzer Kümmel

Was du zu Hause benötigst

- 3-4EL Weizenmehl ¹
- Salz und schwarzer Pfeffer
- Pflanzenöl

Küchenutensilien

- Backofen und Auflaufform
- 2 große Pfannen
- mittelgroßer Kochtopf
- Kartoffelstampfer
- Sparschäler
- Sieb

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

Kochtipp

Aus dem Eiweiß einfach zum Frühstück am nächsten Tag ein Low-Carb-Rührei zubereiten!

Allergene

Gluten (1), Eier (3), Milch (7). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 924kcal, Fett 59.2g, Kohlenhydrate 51.2g, Eiweiß 41.7g



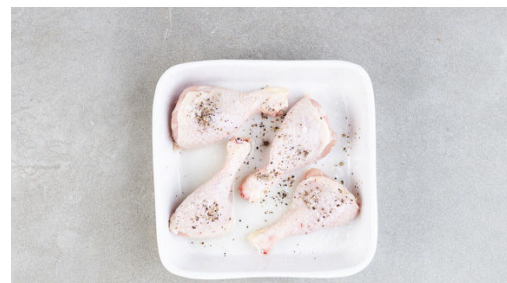
1. Kartoffeln kochen

Den Backofen auf 220°C Umluft (240°C Ober-/Unterhitze) vorheizen. In einem mittleren 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 ca. 15Min. kochen, bis die **Kartoffeln** gar sind. In ein Sieb abgießen, 5-10Min. ausdampfen lassen und zurück in den Topf geben.



4. Speck anbraten

Den **Speck** und die **weißen Lauchzwiebelringe** in einer großen Pfanne ohne Zugabe von Fett bei mittlerer bis starker Hitze 3-4Min. anbraten. Die **Crème fraîche** mit den **grünen Lauchzwiebelringen** verrühren und den **Dip** mit Salz und Pfeffer abschmecken.



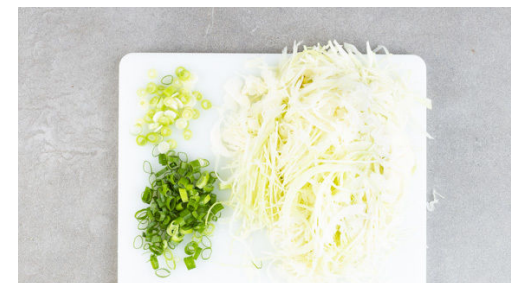
2. Drumsticks zubereiten

2-3EL Pflanzenöl mit 1-2 Prisen Salz und Pfeffer verrühren. Die **Hähnchendrumsticks** mit etwas Küchenkrepp trocken tupfen, mit dem **Würzöl** einreiben und in eine Auflaufform geben. Im Ofen 25-30Min. knusprig backen. **Tipp:** Wer mag, kann während der letzten 5Min. die Grillfunktion dazuschalten, damit die Haut noch knuspriger wird.



5. Küchlein braten

Die **Kartoffeln** stampfen. Die **Eier** trennen. Die **Eigelbe** mit 3-4EL Mehl sowie der **Zwiebel-Speck-Mischung** zu den gestampften **Kartoffeln** geben und alles gut verkneten. Aus der **Kartoffelmasse** ca. **20 gleich große Kugeln** formen, diese etwas flach drücken und die **Küchlein** in der **Speckpfanne** mit 3-4EL Pflanzenöl auf jeder Seite ca. 4Min. goldbraun braten.



3. Gemüse schneiden

Den **Weißkohl** halbieren, vom Strunk befreien und in feine Streifen schneiden. Die **Lauchzwiebeln** in feine Ringe schneiden, die **grünen** und die **weißen Ringe** separat aufbewahren.



6. Paprikakraut zubereiten

Den **Weißkohl** in einer zweiten großen Pfanne mit 3-4EL Pflanzenöl bei starker Hitze 6-8Min. anbraten. Nach Geschmack mit dem **Paprikapulver**, dem **Kümmel** sowie Salz und Pfeffer würzen. Die **Hähnchendrumsticks** mit den **Kartoffelküchlein** und dem **Paprikakraut** anrichten und servieren.