



BBQ-Hähnchenschenkel mit Röstkartoffeln

dazu knackiger Rotkohl-Apfel-Salat



ca. 40min



2 Personen

Wer kennt die beliebten Straßenstände mit dem Brathähnchen? Jedes Mal, wenn wir daran vorbeigehen, läuft uns das Wasser im Mund zusammen – der Duft ist einfach zu einladend! Weil wir unser Essen leider nicht jeden Tag an besagten Ständen besorgen können, machen wir unser Brathähnchen heute selbst und verfeinern es sogar noch mit einer rauchigen BBQ-Note. Dazu gibt's Röstkartoffeln und knackigen Rotkohlsalat. Guten Appetit!

Was du von uns bekommst

- 1 Pck. BBQ-Sauce ^{1,2}
- 2 Hähnchenschenkel
- 1 Pck. festkochende Kartoffeln
- 1 grüner Apfel
- 1 Stück Rotkohl

Was du zu Hause benötigst

- 1½TL Senf ²
- 4TL Honig
- Salz und Pfeffer
- Olivenöl
- Essig

Küchenutensilien

- Backofen
- Backblech und Backpapier

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

Allergene

Sellerie (1), Senf (2). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 861kcal, Fett 48.5g, Kohlenhydrate 63.9g, Eiweiß 40.1g



1. Fleisch marinieren

Den Ofen auf 220°C (200°C Umluft) vorheizen. Die **BBQ-Sauce** mit 2EL Essig, 1EL Honig, ½TL Senf, 1TL Salz und 1 kräftigen Prise Pfeffer zu einer **Marinade** verrühren. Das **Fleisch** mit etwas Küchenkrepp trocken tupfen, die Haut mehrfach einritzen und das **Fleisch** mit der **Marinade** einreiben.



2. Fleisch braten

Das **Fleisch** mit der Haut nach unten auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech legen und im oberen Drittel des Ofens 35-40Min. braten, bis es durchgegart ist. Nach ca. 15Min. wenden, sodass die Haut oben liegt.



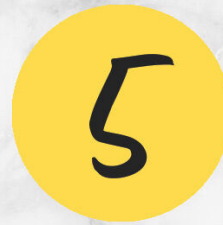
3. Kartoffeln rösten

Die **Kartoffeln samt Schale** in ca. 1,5cm breite Spalten schneiden und mit 1EL Olivenöl, 1 kräftigen Prise Salz und etwas Pfeffer nach Geschmack vermischen. Zum **Fleisch** auf das Blech geben und in 25-30Min. goldbraun backen.



4. Salat zubereiten

Den **Apfel** vierteln, entkernen und in schmale Stifte schneiden. Den **Rotkohl** in feine Streifen schneiden. Aus 2EL Olivenöl, 1EL Essig, 1TL Honig und 1TL Senf ein Dressing anrühren und mit den **Apfelstiften** und dem **Rotkohl** vermischen.



5. Anrichten & servieren

Das **Fleisch** und die **Röstkartoffeln** mit dem **Rotkohl-Apfel-Salat** anrichten und servieren.



6. Heiße Sache

Die BBQ-Sauce hat ein schönes, rauchiges Aroma – und wo Rauch ist, ist bekanntlich auch Feuer, nicht wahr? Wer dem Hähnchen so richtig einheizen möchte, kann die Marinade einfach entsprechend ergänzen – flüssige Scharfmacher wie Tabasco eignen sich besonders gut.