



Hähnchen mit Fenchel & Bohnen

serviert mit „Drop Biscuits“



40-50min



3-4 Personen

Ohne langes Suchen findest du in deiner Kochbox ein frühlingshaftes Sträußchen frischer Kräuter: Da gibt es würzigen Schnittlauch, den wir in herzhaften und leicht gemachten Biscuits verbacken. Und duftender Dill peppt ein cremiges Ragout mit Fenchel, grünen Bohnen und zarten Bio-Hähnchenbruststreifen auf. Klingt gut? Dann auf die Biscuits, fertig, los!

- 10g Schnittlauch & Dill
- 300g Weizenmehl ¹
- 1 Pck. Backpulver
- 1 Zwiebel
- 2 Fenchelknollen
- 200g grüne Bohnen
- 3 Lauchzwiebeln
- 2 Bio-Hähnchenbrustfilets
- 1 Pck. Cajun-Gewürzmischung

- 350ml Milch ²
- 125g Butter ²
- Salz und Pfeffer
- Zucker
- Olivenöl
- Essig

- Backofen
- Backblech und Backpapier
- große Pfanne mit Deckel
- Küchenwaage
- Messbecher

Kochtipp

Den Teig nicht zu viel kneten oder formen, damit er schön flockig bleibt.

Allergene

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

Nährwertangaben pro Portion

Energie 814kcal, Fett 39.4g,
Kohlenhydrate 67.5g, Eiweiß 44.2g



1. Teig vorbereiten

Den Backofen auf 230°C (210°C Umluft) vorheizen. Den **Schnittlauch** in kleine Röllchen schneiden und mit **170g Mehl**, **2TL Backpulver** und je ½TL Salz und Zucker vermengen. 100g kalte Butter in 0,5-1cm große Würfel schneiden, in das **Mehl** geben und zwischen den Fingern zerdrücken. **Tipp:** Bei der Verarbeitung der Butter rasch arbeiten, damit sie nicht zu warm wird.



4. Gemüse garen

Den **Fenchel** längs vierteln und in dünne Streifen schneiden, dabei die Stiele entfernen. Die Enden der **Bohnen** entfernen und die **Bohnen** halbieren. Das **Gemüse** in die Pfanne zu den **Zwiebeln** geben und mit 1TL Salz sowie 4EL Wasser abgedeckt bei mittlerer Hitze ca. 8Min. garen.



2. Drop Biscuits backen

150ml Milch mit einer Gabel kurz im **Teig** verrühren, dann den **Teig** vierteln und auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech zu vier groben **Brötchen** formen. Das Backblech im Kühlschrank aufbewahren, bis der Ofen vorgeheizt ist. Die **Biscuits** im Ofen 15-18Min. goldbraun backen. Ggf. die Temperatur auf 210°C (190°C Umluft) reduzieren, falls die **Biscuits** zu schnell bräunen.



5. Fleisch mitbraten

Den **Dill** grob schneiden. Die **Lauchzwiebeln** in feine Ringe schneiden. Das **Fleisch** trocken tupfen und in ca. 0,5cm dünne Streifen schneiden. Den Deckel abnehmen und die Flüssigkeit bei hoher Hitze verdampfen lassen. Das **Fleisch** und 25g Butter dazugeben und 3-5Min. braten. Dann die **Gewürzmischung**, **2EL Mehl** und die **½ der Lauchzwiebeln** ca. 1Min. mitbraten.



3. Zwiebeln anbraten

Die **Zwiebel** schälen, halbieren und fein würfeln. Die **Zwiebelwürfel** in einer großen Pfanne mit 2EL Olivenöl bei mittlerer bis niedriger Hitze glasig anschwitzen, dabei gelegentlich umrühren.



6. Ragout zubereiten

150ml Milch unterrühren und aufkochen, dabei regelmäßig rühren, damit sich keine Klümpchen bilden. 2-4Min. bei niedriger Hitze cremig einköcheln, bei Bedarf etwas mehr Milch hinzugeben. Mit Pfeffer abschmecken und 2TL Essig sowie die **½ des Dills** unterrühren. Das **Ragout** mit dem **übrigen Dill und den Lauchzwiebeln** garnieren und mit den **Drop Biscuits** servieren.

Verzichte auf gedruckte Rezepte – ändere die Einstellungen im Kundenkonto. Fragen zur Zubereitung oder zum Rezept? Deine Koch-Hotline: **030 208 480 510**

Schau dir das Rezept in deinem Konto auf marleyspoon.de an. #marleyspooning