



Würzige Brathähnchenschenkel

mit lauwarmem Kartoffel-Gurken-Salat



40-50min



4 Portionen

Zartes Fleisch mit einer krossen, würzigen Haut – so muss ein Hähnchenschenkel schmecken! Dazu gibt es einen farnefrohen Kartoffelsalat mit knackigen Radieschen, Gurke und frischer Petersilie. Lasst es euch schmecken!

Was du von uns bekommst

- 1kg festkochende Kartoffeln
- 4 Hähnchenschenkel
- 1 Pck. Cajun-Gewürzmischung
- 1 große Gurke
- 1 Bund Radieschen
- 1 Zwiebel
- 10g Petersilie

Was du zu Hause benötigst

- Salz und Pfeffer
- Pflanzenöl
- Essig

Küchenutensilien

- Backofen und Auflaufform
- mittelgroßer Topf
- Sparschäler
- Sieb

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

Kochtipps

Die Kartoffeln sind durch, wenn sie sich bei der Messerprobe leicht vom Messer lösen.

Allergene

Kann Spuren von Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 760kcal, Fett 44.3g,
Kohlenhydrate 48.6g, Eiweiß 39.9g



1. Kartoffeln kochen

Den Backofen auf 240°C (220°C Umluft) vorheizen. In einem mittelgroßen Topf ausreichend gesalzenes Wasser für die **Kartoffeln** zum Kochen bringen. Die **Kartoffeln** schälen und in dünne Scheiben schneiden. Sobald das Wasser kocht, die **Kartoffeln** hineingeben und in 10-15Min. bissfest kochen. In ein Sieb abgießen, zurück in den Topf geben und warm halten.



4. Zwiebel schneiden

Die **Zwiebel** schälen, halbieren und fein würfeln, dann mit 1TL Salz unter die **Gurken** und **Radieschen** mengen und alles ca. 10Min. beiseitestellen. **Tipp:** Wer keine rohen **Zwiebeln** mag, kann die **Zwiebelwürfel** kurz mit kochendem Wasser übergießen und gut abtropfen lassen, bevor sie zum restlichen **Gemüse** gegeben werden.



2. Fleisch backen

Das **Fleisch** trocken tupfen, dann mit der $\frac{1}{2}$ der **Gewürzmischung**, 2EL Pflanzenöl und 1 kräftigen Prise Salz gut einreiben. In eine Auflaufform geben und 35-40Min. im Ofen knusprig backen. Dabei das **Fleisch** ab und an wenden, damit es gleichmäßig gar wird.



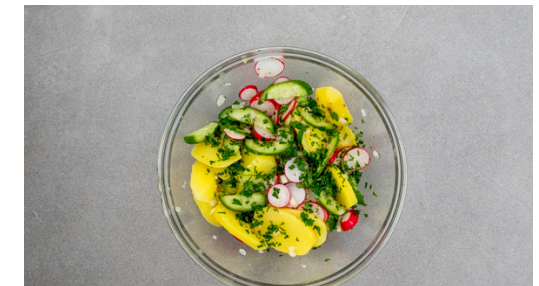
5. Petersilie schneiden

Die **Petersilie samt Stängeln** fein schneiden.



3. Gemüse schneiden

Die **Gurke** längs halbieren und in dünne Scheiben schneiden. Die **Radieschen** ebenfalls in dünne Scheiben schneiden und mit den **Gurkenscheiben** vermengen.



6. Kartoffelsalat würzen

Die **Kartoffeln** und die **Petersilie** vorsichtig unter die **Gurken** und die **Radieschen** heben. Den **Salat** vorsichtig mit 3EL Pflanzenöl vermengen und mit 2EL Essig sowie Salz und Pfeffer nach Geschmack würzen. Die **Hähnchenschenkel** mit dem **lauwarmen Kartoffelsalat** anrichten und servieren.