



Hähnchenschenkel mit Ananasmujo

dazu Süßkartoffelpüree, Bohnen und Salsa



ca. 40min



2 Portionen

Willst du mal etwas ganz Besonderes kochen und kulinarisch zu fremden Ufern aufbrechen? Dann solltest du dich an unsere saftigen Hähnchenschenkel halten: Koriander, Chili, Limette und Ananas dürfen bei der Bratparty im Ofen dabei sein – ein wahrhaft fröhliches Völkchen an duftig-würzigen Gesellen. Dazu servierst du cremiges Süßkartoffelpüree, Kidneybohnen und eine fruchtig-raffinierte Tomatensalsa. Die Karibik ist ganz nah...

- 1 Knoblauchzehe
- 1 Jalapeño-Chilischote
- 1 unbehandelte Limette
- 1 Dose Ananas
- 10g Koriander
- 2 Hähnchenschenkel
- 2 Süßkartoffeln
- 1 Dose Bio-Kidneybohnen
- 1 Pck. getrockneter Oregano
- 1 Tomate

- Salz und schwarzer Pfeffer
- Olivenöl

- Backofen und Auflaufform
- kleiner Topf
- kleiner Topf mit Deckel
- Stabmixer mit hohem Gefäß
- Kartoffelstampfer
- Sparschäler
- Küchenreibe
- Zitruspresse
- Sieb

Energie 953kcal, Fett 44.9g,
Kohlenhydrate 86.5g, Eiweiß 49.4g



4. Süßkartoffel kochen

2. Mojo zubereiten

5. Bohnen garen

3. Hähnchen backen

6. Salsa zubereiten

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**