MARLEY SPOON



Koreanisches Hähnchen mit Kartoffeln

und Radieschen-Spinat-Salat

30-40min 2 Portionen

Koreanische Chilipaste, auch unter dem Namen Gochujang bekannt, ist mit ihrer charakteristischen Würze besonders gut zum Marinieren von Fleisch geeignet. Heute setzen wir noch einen drauf und lassen frischen Ingwer, Knobi und Limettensaft mitmischen, die übrigens auch im Salatdressing wunderbar zur Geltung kommen. Zum saftigen Hähnchen gibt's knusprige Kartoffeln und Zwiebeln aus dem Ofen. Mmmh!

Was du von uns bekommst

- 1 Pck. mehligkochende Kartoffeln
- 2 rote Zwiebeln
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Stück Ingwer
- 1 unbehandelte Limette
- 2 Hähnchenoberkeulen
- 25g koreanische Chilipaste [1,3]
- 1 Pck. geröstetes Sesamöl [2]
- 25ml Tamari-Sojasauce [3]
- 1 Bund Radieschen
- 200g Babyspinat (ungewaschen)

Was du zu Hause benötigst

- 2TL Honig
- Salz und Pfeffer
- Pflanzenöl
- Essig

Küchenutensilien

- Backofen
- Backblech und Backpapier
- Küchenreibe
- Zitruspresse

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

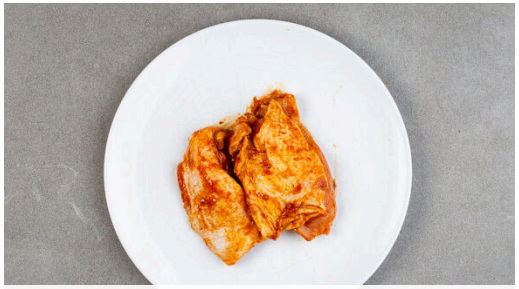
Allergene
Enthält: **Gluten** (1), **Sesamsamen** (2), **Sojabohnen** (3).

Nährwertangaben pro Portion
Energie 739kcal, Fett 38.0g, Kohlenhydrate 63.3g, Eiweiß 35.6g



1. Gemüse schneiden

Den Backofen auf 220°C (200°C Umluft) vorheizen. Die **Kartoffeln** ggf. schälen und in ca. 2cm große Würfel schneiden. Die **Zwiebeln** schälen, halbieren und in ca. 1cm breite Spalten schneiden. Den **Knoblauch** schälen und fein würfeln. Den **Ingwer** schälen und fein reiben. Die **½ der Limettenschale** abreiben, dann die **Limette** halbieren und auspressen.



2. Fleisch würzen

Das **Fleisch** trocken tupfen und mit ½TL Salz sowie 1 Prise Pfeffer würzen. Die **Chilipaste** mit der **½ des Knoblauchs**, der **½ des Ingwers**, **2EL Limettensaft** und 1EL Pflanzenöl verrühren. Das **Fleisch** in dem **Würzöl** wenden, dann herausnehmen und beiseitestellen. Das **restliche Würzöl** aufbewahren.



3. Gemüse und Fleisch backen

Die **Kartoffeln** und die **Zwiebeln** auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech mit dem **restlichen Würzöl**, 1EL Pflanzenöl und ½TL Salz vermengen. Das **Fleisch** mit der Hautseite nach unten auf das **Gemüse** legen und im Ofen in 25–30Min. goldbraun backen. Das **Gemüse** nach der Hälfte der Garzeit umrühren und das **Fleisch** wenden.



4. Dressing zubereiten

Das **Sesamöl** mit der **Sojasauce**, der **Limettenschale**, dem **restlichen Knoblauch und Ingwer** sowie 2TL Honig, 1EL Essig (z. B. Reisessig) und 1–2EL Wasser zu einem **Dressing** verrühren. Die **Radieschen** je nach Größe halbieren oder vierteln.



5. Spinat mitgaren

Das **Fleisch** nach 25–30Min. Garzeit aus dem Ofen nehmen und beiseitestellen. ⅓ **des Spinats** mit dem **Gemüse** und dem **Bratensaft** vermengen und im Ofen ca. 5Min. weitergaren.



6. Salat zubereiten

Die **Radieschen** und den **übrigen Spinat** mit dem **Dressing** zu einem **Salat** vermengen und mit dem **restlichen Limettensaft** oder Essig sowie Salz abschmecken. Die **Röstkartoffeln** und das **Fleisch** auf Teller verteilen, mit dem **Bratensaft** beträufeln und mit dem **Salat** 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**