

Rezept

Poulet Schenkel auf Gemüsebett

NR: 1/ 12 Fleisch

Für 4 Personen / Zubereitung: 45 min

Zutaten:

4 Poulet Schenkel

2 Zucchetti

1 Sellerie

4 Karotten

2 Peperoni

2- 3 Pepperoncini

Oder (Gemüse nach Wahl)

2 EL Granatapfelkerne

6 EL Olivenöl

2 TL Seasoning Green Veg and Chicken

2 TL White & green Peppercorns with rosemary, basil, oregano, & sage



Zubereitung:

Seasoning Green Veg & Chicken mit Olivenöl zu einer Marinade mischen und die Schenkel damit einreiben, 2 Std im Kühlschrank mariniere (am besten über Nacht).

Pouletschenkel bei 180 °C Umluft für 35-45 min backen, bis sie goldbraun und knusprig sind.

In der Zwischenzeit das Gemüse schälen und in gleich grosse Stücke schneiden. Olivenöl in einem geeigneten Topf erhitzen, Gemüse begeben und auf mittlerer Hitze garen, (das Gemüse soll noch bissfest sein). Mit White & green Peppercorns würzen.

Die Granatapfelkerne begeben. Die Poulet Schenkel auf das Gemüsebett legen und so servieren.

Geheimtipp: mische 1 TL Seasoning Green Veg and Chicken in 2 dl Sourcream und serviere es dazu.