

Samstagsrezept von Boris Bergen, Antenne Düsseldorf
12. Januar 2008



Hähnchen-Gemüse-Pfanne

Zutaten (für 4 Personen)

| | |
|-----------|------------------------------|
| 4 | Hühnerbeine |
| 2 Stangen | Lauch |
| 4 | Möhren |
| 250 | Champignons |
| 1 | Zwiebel |
| 1 | rote Paprika |
| 1 | gelbe Paprika |
| 2 | Zucchini |
| | Brühe |
| | Pfeffer |
| | etwas Knoblauch (bei Bedarf) |

Zubereitung

Das Gemüse klein schneiden und in einem großen Bräter oder einer Auflaufform verteilen. Dann die Hühnerbeine in einer Pfanne mit Olivenöl scharf anbraten, bis sie gold-braun sind. Die Hühnerbeine kommen dann in die Form, und das Gemüse wird drum herum und darüber verteilt. Danach kommen noch etwas Öl, Brühe und Pfeffer über das Ganze.

Die Form kommt dann für etwa 20 Minuten bei 180 Grad in den Ofen. Wer eine Grillfunktion am Ofen hat, kann die Hühnerbeine danach noch für ein paar Minuten auf einen Rost legen, damit sie knusprig werden.

Als Beilage gehen Kartoffeln, Stampfkartoffeln oder auch Reis.

Antenne Düsseldorf wünscht guten Appetit!