

# Hähnchenschenkel mit Ofengemüse vom Blech



Gesamt: 60 min



Einfach

Energie 900.0 kcal  
Eiweiß 51.8 g Fett 64.0 g  
Kohlenhydrate 32.6 g

Die Portionsanzahl wurde angepasst, Bitte denke daran, auch die Mengen in Zubereitungsschritten entsprechend anzupassen.

## Zubereitung

- Zutaten:**  
**1 EL Olivenöl**  
**Salz**  
**Pfeffer**  
**0.5 TL Paprikapulver edelsüß**  
**2 Hähnchenkeulen**

2 EL Olivenöl mit ein wenig Salz, Pfeffer und Paprikagewürz verrühren. Hähnchenkeulen damit einstreichen und die Keulen auf einem mit Backpapier belegten Backblech verteilen. Im auf 200 °C Ober-/Unterhitze vorgeheizten Backofen in 50-60 Minuten knusprig garen.

- Zutaten:**  
**250 g Kartoffeln**  
**0.5 EL Olivenöl**

Kartoffeln waschen, gegebenenfalls schälen und in Spalten schneiden. Abtupfen, mit 1 EL Öl vermengen, salzen und nach 25 Minuten Garzeit mit auf das Backblech geben.

## Zutaten für 2 Portionen

- 2.5 EL Olivenöl
- Salz
- Pfeffer
- 0.5 TL Paprikapulver edelsüß
- 2 Hähnchenkeulen
- 250 g Kartoffeln
- 0.5 Zucchini
- 0.5 gelbe Paprikaschote
- 0.5 rote Paprikaschote
- 0.5 rote Zwiebel
- 1.5 Zweig(e) Rosmarin
- 1.5 Zweig(e) Thymian

3

**Zutaten:**

**0.5 Zucchini**

**0.5 gelbe Paprikaschote**

**0.5 rote Paprikaschote**

**0.5 rote Zwiebel**

**1.5 Zweig(e) Rosmarin**

**1.5 Zweig(e) Thymian**

**1 EL Olivenöl**

Zucchini waschen und in Scheiben schneiden. Paprika waschen, Kerne entfernen und in Streifen schneiden. Zwiebel schälen und in Ringe schneiden. Kräuter waschen, Blätter bzw. Nadeln fein hacken. Alles mit dem restlichen Öl vermengen und mit Salz und Pfeffer würzen. Nach insgesamt 30 Minuten Garzeit mit auf das Backblech geben. Dazu schmeckt zum Beispiel Kräuterquark.