

KARTOFFEL-HÄHNCHEN VOM BLECH MIT ZAZIKI

BUNTES GEMÜSE UND SAFTIGES HÄHNCHEN: SO SCHMECKT DER SOMMER!



ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN:

Für die Marinade:

- 1 Zitrone
- 2 Knoblauchzehen
- 3 Stiele Oregano
- 2 Stiele Thymian
- ½ EL Paprikapulver
- 5 EL Olivenöl
- 2 EL Honig
- Salz
- Pfeffer

Für das Blechhähnchen:

- 100 g APOSTELS ZAZIKI
- 6 Hähnchenschenkel
- 500 g Kartoffeln
- 100 g Cherrytomaten
- 1 Zucchini
- 1 rote Zwiebel
- 2 EL Sonnenblumenkerne

ZUBEREITUNG:

Die Zitrone halbieren und den Saft der einen Hälfte auspressen. Die andere Hälfte in Scheiben schneiden. Knoblauch schälen und fein hacken. Kräuter grob hacken. Anschließend das Paprikapulver, den Knoblauch, den Zitronensaft, 2 EL Öl, den Honig und die Kräuter vermengen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Hähnchenschenkel mit Marinade bestreichen und ca. 30 Minuten beiseitestellen.

In der Zwischenzeit die Kartoffeln und Tomaten waschen und vierteln. Die Enden der Zucchini abschneiden und in mundgerechte Stücke schneiden. Nun die Zwiebel schälen und in Ringe schneiden. Kartoffeln, Hähnchen, Tomaten, Zucchini und Zwiebel auf das Blech geben und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Sonnenblumenkerne und das restliche Olivenöl dazugeben. Hähnchen-Mix im vorgeheizten Backofen bei 200 °C (Umluft) ca. 25 Minuten garen. Bei Hälfte der Zeit die Zitronenscheiben hinzugeben.

Die übrige Marinade über das Fleisch geben und alles zusammen mit ZAZIKI und Brot servieren.

GUTEN APPETIT!

