Rezept

Griechisches Zitronenhähnchen

Ein Rezept von Griechisches Zitronenhähnchen, am 14.11.2026

Zutaten

1	Bio-Zitrone
2 EL	Olivenöl
	Salz
2	Hähnchenbrustfilets (je ca. 150 g)
1-2	rote Zwiebeln
2 EL	Pinienkerne
2	Knoblauchzehen
2 TL	getrockneter Oregano oder Thymian
	Pfeffer aus der Mühle
1-2	Paprikaschoten
150 g	kleine feste Champignons

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 350 kcal

Zubereitung

1. Den Backofen auf 200° vorheizen. Die Zitrone heiß abwaschen und abtrocknen, die Schale fein abreiben und den Saft auspressen. Die Knoblauchzehen schälen und zerdrücken. Alles mit Olivenöl, Oregano oder Thymian, Salz und Pfeffer verrühren.

2. Die Hähnchenbrustfilets kalt abwaschen und trocken tupfen. Das Hähnchenfleisch in der Marinade wenden, abtropfen lassen und in eine ofenfeste Form legen.

3. Die Paprikaschoten waschen, putzen, entkernen und in Streifen schneiden. Die Zwiebeln schälen, in schmale Steifen schneiden. Die Champignons mit einem feuchten Tuch abreiben oder kurz waschen. Alles ebenfalls in der Marinade wenden und in die ofenfeste Form geben. Die Pinienkerne obenauf streuen.

4. Die Form in den vorgeheizten Ofen (Mitte, Umluft 180°) stellen. Alles ca. 30 Min. garen, zwischendurch mit dem sich bildenden Saft aus der Form einpinseln.