

## Rezept

# Hähnchenkeulen aus dem Ofen

Ein Rezept von Hähnchenkeulen aus dem Ofen, am 09.06.2026

## Zutaten

<b>4 EL</b> Olivenöl	<b>1 EL</b> Honig
<b>1 EL</b> edelsüßes Paprikapulver	<b>1 TL</b> Salz
<b>1/2 TL</b> Cayennepfeffer	<b>4</b> Hähnchenkeulen
<b>2</b> Knoblauchzehen	<b>400 g</b> festkochende Kartoffeln
<b>2</b> Bio-Zitronen	Salz
Pfeffer	<b>200 g</b> saure Sahne
Backpapier für das Backblech	Petersilienblätter (nach Belieben)

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 60 bis 90 min  
| **Pro Portion** Ca. 515 kcal

## Zubereitung

1. Öl mit Honig, Paprikapulver, Salz und Cayennepfeffer verrühren. Hähnchenkeulen abbrausen, trocken tupfen und am Gelenk mit einem Messer durchtrennen.

---

2. Den Backofen auf 200° vorheizen. Ein tiefes Backblech mit Backpapier auslegen. Knoblauch schälen und hacken. Kartoffeln waschen und mit Schale vierteln. Zitronen heiß waschen, abtrocknen und in Spalten schneiden.

---

3. Hähnchenkeulen mit dem Würzöl einpinseln, mit Knoblauch, Zitronen und Kartoffeln auf dem Blech verteilen. Alles mit übrigem Würzöl beträufeln, salzen, pfeffern und im Ofen (Mitte) ca. 40 Min. backen. Saure Sahne verrühren und dazu servieren. Nach Belieben mit Petersilie bestreuen.