Rezept

Hähnchenschenkel in Specksauce mit Wirsing

Ein Rezept von Hähnchenschenkel in Specksauce mit Wirsing, am 17.05.2025

Zutaten

Für Hähnchenschenkel und Sauce:

2	Hähnchenschenkel
	Pfeffer
2 Scheiben	Frühstücksspeck
100 g	Champignons
50 ml	Rotwein
1/2 TL	getrockneter Thymian
	Salz
4 TL	Kokosöl
1	Zwiebel
1 TL	Tomatenmark
200 ml	Gemüsebrühe
50 g	Sahne

Für den Wirsing:

200 g	Wirsing
	Salz
8 TL	Butter
	frisch geriebene Muskatnuss

Außerdem:

Auflaufform (ca. 20 × 26 cm)

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 670 kcal, 55 g F, 34 g EW, 5 g KH

Zubereitung

1. Die Hähnchenschenkel abwaschen, trocken tupfen und mit Salz und Pfeffer würzen. Das Kokosöl in einer Pfanne bei mittlerer Hitze erhitzen und die Hähnchenschenkel darin in ca. 5 Min. rundherum goldbraun braten. In die Auflaufform setzen und den Backofen auf 200° vorheizen.

2. Den Frühstücksspeck klein schneiden und in der heißen Hähnchen-Bratpfanne unter gelegentlichem Rühren 3-4 Min. anbraten. Währenddessen die Zwiebel schälen und fein würfeln, dann zum Speck in die Pfanne geben. Die Champignons vorsichtig sauber bürsten, vierteln, ebenfalls in die Pfanne geben und mit dem Speck und den Zwiebeln kräftig goldbraun anbraten.

3. Das Tomatenmark unterrühren und anschließend mit dem Rotwein ablöschen. Die Gemüsebrühe und den Thymian zugeben. Den Bratenfond zu den Hähnchenschenkeln in die Auflaufform gießen. Die Form in den Ofen (Mitte) schieben und die Schenkel ca. 20 Min. backen. Dann die Hähnchenschenkel wenden und weitere 20 Min. backen.

4. Inzwischen den Wirsing waschen, abtropfen lassen und in feine Streifen schneiden. Die Butter in einem Topf erhitzen und den Wirsing darin unter gelegentlichem Rühren ca. 2 Min. anbraten, bis er etwas Farbe angenommen hat. 3-4 EL Wasser angießen, mit 1 kräftigen Prise Salz und frisch geriebenem Muskat würzen und zugedeckt bei kleiner Hitze 15 Min. garen.

5. Die Hähnchenschenkel aus dem Ofen nehmen, in Alufolie wickeln und im ausgeschalteten Ofen warm halten.

---

6. Die Specksauce in einen Topf geben und mit der Sahne aufgießen. Bei großer Hitze in 6-8 Min. einkochen, bis die Sauce sämig wird, dann mit 1 Prise Salz würzen.

---

7. Den Wirsing mit Salz abschmecken, auf zwei Tellern verteilen, die Hähnchenschenkel darauf setzen und mit der Sauce servieren.