

Rezept

Hühnerbeine auf Gemüse

Ein Rezept von Hühnerbeine auf Gemüse, am 03.06.2025

Zutaten

4 Hühnerschenkel mit Rückenteil (je etwa 250 g)	Salz
Pfeffer	1 Aubergine (ca. 300 g)
2 Zucchini (ca. 400 g)	2 Stangen Staudensellerie
400 g Tomaten	4 Zweige Rosmarin
4 Knoblauchzehen	2 TL Fenchelsamen
4 EL Olivenöl	2 EL Anislikör (nach Belieben)

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 4 PERSONEN | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 460 kcal

Zubereitung

1. Den Backofen auf 180° vorheizen. Hühnerschenkel mit Salz und Pfeffer würzen.

2. Gemüse waschen und putzen. Aubergine und Zucchini würfeln, Sellerie in Scheiben schneiden. Das zarte Grün abschneiden und hacken. Tomaten klein würfeln. Rosmarin waschen, die Nadeln abzupfen. Knoblauch schälen und in Scheiben schneiden.

3. Gemüse mit Rosmarin und Selleriegrün, Knoblauch, Fenchelsamen, Öl und eventuell Anislikör in der Backform mischen, salzen und pfeffern. Hühnerschenkel darauf legen. Im Backofen (Mitte, Umluft 160°) 45 Min. backen, dabei die Hühnerschenkel einmal wenden.