

## Rezept

# Israelisches Zitronen-Hähnchen

Ein Rezept von Israelisches Zitronen-Hähnchen, am 28.06.2026

## Zutaten

<b>4</b> Knoblauchzehen	<b>2 TL</b> Kreuzkümmel
<b>1 TL</b> Korianderkörner	<b>3</b> Bio-Zitronen
<b>½ TL</b> Zimtpulver	<b>1 EL</b> Honig (z. B. Blütenhonig)
<b>6 EL</b> Olivenöl	<b>1 TL</b> Chiliflocken
Salz	<b>4</b> Hähnchenkeulen
<b>200 g</b> Schalotten	<b>200 ml</b> Hühnerfond
<b>3 Stängel</b> Petersilie	<b>3 Stängel</b> Koriandergrün
<b>3 Stängel</b> Dill	Meersalz
Pfeffer	

### Ausserdem

- 1** Auflaufform (ca. 24 x 32 cm)

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 4 Portionen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 530 kcal, 32 g F, 45 g EW, 11 g KH

## Zubereitung

- 1.** Für die Marinade den Knoblauch schälen und in feine Scheibchen schneiden. Kreuzkümmel und Korianderkörner im Mörser grob zerstoßen. Die Zitronen heiß waschen, abtrocknen. Von einer Zitrone die Schale fein abreiben, den Saft auspressen. Knoblauch, Gewürze, Zitronenschale und -saft sowie Zimt, Honig, Olivenöl, Chiliflocken und 1 TL Salz kräftig verrühren.
- 2.** Die Hähnchenkeulen mit kaltem Wasser abbrausen, mit Küchenpapier trocken tupfen und nebeneinander in eine Auflaufform geben. Mit der Marinade einreiben. Abgedeckt im Kühlschrank mind. 2 Std. marinieren lassen.
- 3.** Den Backofen auf 200° vorheizen. Übrige Zitronen in grobe Stücke schneiden. Schalotten schälen, halbieren. Beides zu den Hähnchenkeulen geben. Diese so legen, dass die Haut nach oben zeigt. Hühnerfond angießen. Die Form in den Ofen (Mitte) schieben und die Keulen 45 Min. garen. Dabei die Form zwischendurch abdecken, damit das Fleisch nicht zu dunkel wird.
- 4.** Petersilie, Koriander und Dill abbrausen, trocken schütteln. Die Blättchen bzw. Spitzen von den Stängeln zupfen und fein hacken. Die Form aus dem Ofen nehmen, die Keulen mit Meersalz und Pfeffer würzen und die Kräuter über das Gericht streuen.