

Rezept

Schaschlikhuhn aus dem Ofen

Ein Rezept von Schaschlikhuhn aus dem Ofen, am 14.07.2024

Zutaten

400 g Süßkartoffeln oder vorwiegend festkochende Kartoffeln	150 g Möhren
1 große rote Zwiebel	1 große grüne Paprikaschote (ca. 300 g)
4 EL Olivenöl	5 Stiele Majoran oder 1 TL getrockneter Majoran
Pfeffer	Salz
Je 1 TL Paprika- und Tomatenmark	400 g Hähnchenbrustfilet
½ TL edelsüßes Paprikapulver	1 TL Weißweinessig
1 Knoblauchzehe	1 TL flüssiger Honig
	200 ml Gemüsebrühe

Rezeptinfos

Portionsgröße 2 Portionen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 570 kcal

Zubereitung

1. Backofen auf 200° vorheizen. Süßkartoffeln oder Kartoffeln und Möhren putzen, waschen, schälen und in ca. 1 cm dicke Scheiben schneiden. Paprika putzen, waschen und in ca. 2 cm große Stücke schneiden. Zwiebel schälen und grob würfeln. Majoran waschen, trocken tupfen, Blättchen abzupfen und grob hacken.
2. 2 EL Öl, Majoran, Süßkartoffeln, Möhren, Paprika und Zwiebel vermengen. Mit Salz und Pfeffer würzen und in eine Auflaufform geben.
3. Fleisch waschen, trocken tupfen, in 6 gleich große Stücke schneiden. Paprika- und Tomatenmark, Essig, Paprikapulver und Honig verrühren. Knoblauch schälen und dazupressen. Sauce mit Salz und Pfeffer würzen. 2 EL Öl unterrühren und das Fleisch in der Sauce wenden. Fleisch auf dem Gemüse verteilen. Im Ofen (Mitte, Umluft 180°) ca. 35 Min. braten. Nach 20 Min. Brühe angießen und fertig garen.