

Hähnchenkeulen in Alufolie

Geflügel

Vorbereitungszeit: 50 Minuten } 1½ Stunden
Zubereitungszeit: 40 Minuten

ZUTATEN / Portionen		4	6
Hähnchenkeulen	St.	4	6
Lauchstange	St.	1	2
Zwiebeln	St.	2	3
Staudensellerie	Stangen	4	6
Möhren groß	St.	2	3
Salz			
Pfeffer weiß			
Safranfäden	TL	1	1½
Butter	g	100	150
Zitrone, Saft von	St.	1	1½

VORBEREITEN:

1. Lauch in feine Streifen schneiden.
2. Zwiebel in dünne Halbringe schneiden.
3. Möhren in feine Streifen schneiden.
4. Selleriestangen in feine Streifen schneiden.
5. Das Gemüse 1. - 4. in einer Pfanne mit 60 bzw. 90 g Butter etwa 5 Minuten zugedeckt andünsten. Mit Pfeffer und Salz abschmecken.
6. Hähnchenkeulen enthäuten.
7. Backofen vorheizen.

ZUBEREITUNG:

1. Einen großen Bogen Alufolie auf ein Backblech legen. Folie fetten. Die Hälfte des gedünsteten Gemüses darauf ausbreiten.
2. Hähnchenkeulen salzen und pfeffern, auf das Gemüsebett legen.
3. Hähnchenkeulen mit Safranfäden belegen.
4. Restliches gedünstetes Gemüse darüber verteilen.
5. Gemüse mit Butterflöckchen belegen und mit Zitronensaft beträufeln.
6. Einen weiteren Bogen Alufolie darüber ausbreiten und beide Bögen luftdicht schließen.
7. Im Backofen bei 220 Grad 50 Minuten garen.
8. Die Keulen aus der Folie nehmen und mit dem Gemüse servieren.

BEILAGEN / GETRÄNKE:

* Baguette / Weißwein



Backofen	Leiste	Grad	Stunden	Minuten
Umluft	2. v. u.			
Unter- u. Oberhitze	2. v. u.	220		50