

Hähnchenkeule in Kräutermarinade dazu Gnocchi in Tomatensoße mit Mozzarella-Topping

Family 40 – 50 Minuten • 1019 kcal • Tag 3 kochen



Hähnchenkeule in
Kräutermarinade



frische Gnocchi



stückige Tomaten



Mozzarella



Basilikum



Zwiebel



Hühnerbrühe



Knoblauchzehe



- Ohne künstliche Farbstoffe
- Ohne künstliche Aromen
- Ohne hinzugefügte Glutamate

Los geht's

Wasche Gemüse und Kräuter ab und tupfe das Fleisch mit Küchenpapier trocken.

Basiszutaten aus Deiner Küche*

Wasser*, Öl*, Pfeffer*, Salz*

Kochutensilien

1 Backblech mit Backpapier, 1 große Pfanne, 1 großen Topf, 1 kleine Schüssel und 1 Knoblauchpresse

Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
Hähnchenkeule in Kräutermarinade	500 g	750 g	1000 g
frische Gnocchi 15	400 g	600 g	800 g
stückige Tomaten	390 g	585 g**	780 g
Mozzarella 7	1	1	2
Basilikum	10 g	10 g	10 g
Zwiebel DE NL NZ	1	1	2
Hühnerbrühe	4 g	6 g	8 g
Knoblauchzehe ES	0,5**	0,75**	1

**Beachte die benötigte Menge. Die gelieferte Menge in Deiner Box weicht hiervon ab und es bleibt etwas übrig

Durchschnittliche Nährwerte pro

(Berechnet auf Grundlage der angegebenen Ausgangszutaten.)

	100 g	Portion (ca. 810 g)
Brennwert	529 kJ/126 kcal	4264 kJ/1019 kcal
Fett	7,05 g	56,87 g
– davon ges. Fettsäuren	1,86 g	15,02 g
Kohlenhydrate	7,43 g	59,92 g
– davon Zucker	1,95 g	15,76 g
Eiweiß	7,70 g	62,07 g
Salz	0,877 g	7,077 g

Bitte beachte, dass die Nährwertangaben auf der Rezeptkarte aufgrund natürlicher Schwankungen und kurzfristiger Produktänderungen abweichen können. Maßgeblich sind allein die Nährwertinformationen auf den Produktverpackungen.

Allergene: 7) Milch (einschließlich Laktose) **15)** Weizen

(Bitte beachte weitere Informationen zu Allergenen und möglichen Spuren von Allergenen auf der Zutatenverpackung!)

Ursprungsländer: **DE:** Deutschland **NL:** Niederlande **ES:** Spanien **NZ:** Neuseeland



Hähnchenkeulen backen

Heize den Backofen auf 220 °C Ober-/Unterhitze (200 °C Umluft) vor.

Hähnchenkeulen salzen* und **pfeffern***.

In einer großen Pfanne 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Öl*** bei mittlerer Hitze erwärmen.

Hähnchenkeulen mit der Hautseite nach unten in die Pfanne legen und ca. 3 Min. je Seite braten. Auf ein mit Backpapier belegtes Backblech geben und ca. 25 – 30 Min. im Ofen garen, bis das **Fleisch** nicht mehr rosa ist.

Tipp: Stelle in den letzten 5 Min. den Ofen auf Grillfunktion um, wenn Du das Hähnchen knusprig magst.



Mozzarella vorbereiten

Mozzarella in kleine Stücke zupfen, in einer kleinen Schüssel mit der Hälfte der **Basilikumstreifen**, **Salz*** und **Pfeffer*** mischen.



Für die Soße

Zwiebel und **Knoblauch** abziehen.

Zwiebel halbieren und in dünne Streifen schneiden.

Basilikumblätter in dünne Streifen schneiden.

Basilikumstiele aufbewahren.

1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Öl*** bei mittlerer Hitze erwärmen in der Pfanne aus Schritt 1, **Gnocchi** darin 5 – 7 Min. anbraten, gelegentlich umrühren, bis sie knusprig und leicht gebräunt sind. Beiseitestellen.



Gnocchi garen

2 Min. vor Ende der Soßen-Kochzeit **Gnocchi** in die **Soße** geben und bis zum Ende mitkochen. Anschließend **Basilikumstiele** herausnehmen.



Soße kochen

In einem großen Topf 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Öl*** bei mittlerer Hitze erwärmen. **Zwiebelstreifen** und Stiele des **Basilikums** darin 2 – 3 Min. anbraten. **Knoblauch** dazupressen und mit **stückigen Tomaten**, 50 ml [75 ml | 100 ml] **Wasser*** und **Hühnerbrühe** ablöschen. Ca. 15 Min. köcheln lassen, bis die **Soße** dickflüssig ist und mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken.



Anrichten

Hähnchenkeulen auf Teller verteilen. **Gnocchi** daneben anrichten. **Gnocchi** mit **Mozzarella** toppen und restliche **Basilikumstreifen** darauf verteilen.

Guten Appetit!

Für mehr Essensfreu(n)de:

Lade Deine Freunde jetzt mit einem frischen Einstiegsrabatt von mind. 54,99 € ein!
<http://www.hellofresh.de/freunde>

