

# Piri Piri Hähnchenkeule mit Maiskolben dazu Kartoffelsticks und Pirinnaise

Viel Gemüse 40 – 50 Minuten • 4509 kJ/1078 kcal • Tag 3 kochen



Hähnchenkeule in Kräutermarinade



Gewürzmischung „Hello Piri Piri“



Ofenkartoffeln



Mayonnaise



Knoblauchzehe



Zitrone, gewachst



Maiskolben



Brokkoli



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

Gut im Haus zu haben

Öl\*, Salz\*, Pfeffer\*, Butter\*



# Los geht's

Wasche Gemüse und Kräuter ab.

## Was Du benötigst

2 Backbleche mit Backpapier, 1 große Pfanne,  
1 kleine Schüssel, 1 Gemüseribe und 1 großen Topf mit  
Deckel

## Zutaten 2 – 4 Personen

|  | 2P              | 3P    | 4P     |
|--|-----------------|-------|--------|
| Hähnchenkeule in<br>Kräutermarinade  | 500 g           | 750 g | 1000 g |
| Gewürzmischung „Hello<br>Piri Piri“  | 4 g             | 6 g   | 8 g    |
| Ofenkartoffeln <b>DE   ES   NL<br/>  BE   FR   EG   MA   MT   IL<br/>  PT   CY</b> | 2               | 3     | 4      |
| Mayonnaise <b>8) 9) ES</b>   | 34 ml           | 51 ml | 68 ml  |
| Knoblauchzehe  | 2               | 3     | 4      |
| Zitrone, gewachst <b>UY   RS  <br/>ES   AR   TR</b>                                | 1               | 1     | 1      |
| Maiskolben   | 2               | 3     | 4      |
| Brokkoli <b>DE</b>   | 1               | 1     | 1      |
| Öl*, Salz*   | Angaben im Text |       |        |
| Salz*, Pfeffer*  | nach Geschmack  |       |        |

\*Gut, im Haus zu haben

\*\*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<br>(ca. 870 g) |
|-------------------------|-----------------|------------------------|
| Brennwert               | 516 kJ/123 kcal | 4509 kJ/1078<br>kcal   |
| Fett                    | 6,49 g          | 56,70 g                |
| – davon ges. Fettsäuren | 1,58 g          | 13,75 g                |
| Kohlenhydrate           | 8,57 g          | 74,83 g                |
| – davon Zucker          | 1,95 g          | 16,98 g                |
| Eiweiß                  | 6,93 g          | 60,46 g                |
| Salz                    | 0,259 g         | 2,258 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:** **8)** Eier **9)** Senf

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

**Ursprungsländer:** **DE:** Deutschland **ES:** Spanien **FR:** Frankreich  
**NL:** Niederlande **BE:** Belgien **EG:** Ägypten **MA:** Marokko **MT:** Malta  
**IL:** Israel **PT:** Portugal **CY:** Zypern **UY:** Uruguay **RS:** Serbien  
**AR:** Argentinien **TR:** Türkei



## Vorbereitung

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

Erhitze reichlich **Wasser** im Wasserkocher.

In einen großen Topf reichlich heißes **Wasser\***  
füllen, aufkochen lassen und **salzen\***.

Blätter und Strunk der **Maiskolben** entfernen.

**Maiskolben** quer halbieren.

**Brokkoli** in mundgerechte Röschen schneiden.

Gewaschene **Ofenkartoffeln** in ca. 1 cm dicke Stifte  
schneiden.



## Gemüse kochen

**Maiskolben** in das heiße **Wasser** geben und für  
18 – 22 Min. kochen lassen.

**Brokkoliröschen** in den letzten 3 Min. der Kochzeit  
hinzufügen. Danach **Brokkoli** und **Maiskolben**  
abgießen.

**Zitrone** heiß waschen und die Zeste fein abreiben.  
**Zitrone** in 6 Spalten schneiden.

**Knoblauchzehen** abziehen und mit der Seite eines  
Messers andrücken, sodass sie aufplatzen.



## Für die Hähnchenkeulen

Hautseite der **Hähnchenkeulen** mit zwei Drittel der  
**Gewürzmischung „Hello Piri Piri“** einreiben und  
mit der Hautseite nach oben auf ein mit Backpapier  
belegtes Backblech legen. Dabei Platz für die  
**Kartoffeln** lassen.

**Hähnchenkeulen** auf mittlerer Schiene für  
30 - 35 Min. im Ofen backen. Das **Fleisch** sollte nach  
Ende der Garzeit innen nicht mehr rosa sein.

**Tipp:** Wenn Du die Haut gerne schön knusprig hast,  
am Ende für weitere 3 – 5 Min. die Grillfunktion  
einschalten.



## Dip zubereiten

In einer kleinen Schüssel **Mayonnaise** und restliche  
**Gewürzmischung** zu einem **Dip** verrühren. Mit  
etwas **Zitronensaft** abschmecken.

In einer großen Pfanne 2 EL [3 EL | 4 EL] **Butter\*** und  
**Knoblauch** auf mittlerer Stufe erhitzen.  
Für ca. 1 – 2 Min. anschwitzen, bis es fein duftet.

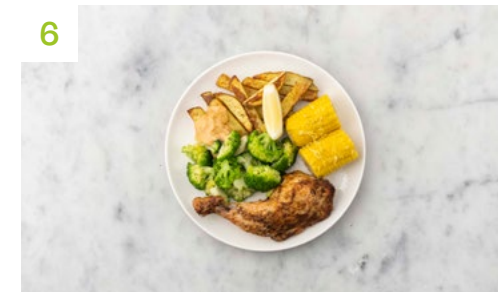
**Brokkoli** und **Maiskolben** hinzufügen und weitere  
2 – 3 Min. anrösten. Mit **Salz\*** und **Pfeffer\*** würzen.  
Ggf. warm halten.



## Kartoffeln backen

**Kartoffelstifte** in einer großen Schüssel mit  
1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Öl\*** und **Salz\*** und **Pfeffer\***  
vermengen.

Die **Kartoffelstifte** für die letzten ca. 25 Min. neben  
den **Hähnchenschenkeln** auf das Blech geben und  
mit backen.



## Anrichten

**Hähnchenkeulen** auf Tellern verteilen.  
**Kartoffelstifte** und **Gemüse** dazu anrichten.

1 TL [1,5 TL | 2 TL] **Zitronenabrieb** auf dem  
**Brokkoli** und **Maiskolben** verteilen.

Mit **Petersilie** garnieren, den **Dip** und restliche  
**Zitronenspalten** dazureichen.

## 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>

