



Hähnchen aus dem Ofen mit mediterranem Gemüse

Zeit gesamt
🕒 30min

Zubereitungszeit
🍲 30min

Schwierigkeit
👨‍🍳 Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Cherrytomaten Mix	500 g
Paprika, rot	3 St.
Hähnchenschenkel	4 St.
Salz	
Oliven, schwarz	100 g
Öl	2 EL

Zubereitung

1. Backofen auf 180 °C (Ober-/Unterhitze) vorheizen. Cherrytomaten waschen. Paprika waschen, Strunk und Kerngehäuse entfernen und in Würfel schneiden. Hähnchenschenkel waschen, trocken tupfen und kräftig salzen. Thymian waschen und trocken schütteln.
2. In einer Auflaufform Thymian, Oliven und Gemüse mit Öl und Salz vermengen. Hähnchenschenkel auf das Gemüse setzen und im Ofen ca. 25 Min. garen.
3. Inzwischen Basilikum waschen, trocken schütteln, Blättchen abzupfen und grob hacken. Hähnchen und Gemüse auf Tellern anrichten, mit Basilikum bestreuen und sofort servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	341 kcal
Kohlenhydrate	13 g
Eiweiß	18 g
Ballaststoffe	5 g
Fette	24 g