



Mediterranes Hähnchen vom Blech mit Ofengemüse

Zeit gesamt
🕒 30min

Zubereitungszeit
🍲 15min

Schwierigkeit
👨‍🍳 Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Cherrytomaten	500 g
Zucchini	2 St.
Kartoffeln, festkochend	1 kg
Knoblauchzehen	1 St.
Olivenöl	2 EL
Salz	
Pfeffer, schwarz	
Kräuter der Provence, getrocknet	2 EL
Kräuterbutter	50 g
Hähnchenbrustfilets	600 g

Zubereitung



Küchenutensilien

Backblech mit Backpapier, Küchenkrepp

1. Ofen auf 200 °C (Ober-/Unterhitze) vorheizen. Tomaten waschen. Zucchini waschen, Enden entfernen und in Scheiben schneiden. Kartoffeln gründlich waschen und in Spalten schneiden. Knoblauch mit dem Messerrücken platt drücken. Gemüse auf einem Blech mit Olivenöl vermengen. Mit Salz, Pfeffer und Kräutern der Provence würzen. Im Ofen ca. 15 Min. garen.

2. Kräuterbutter in Stücke schneiden. Hähnchen waschen und trocken tupfen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Zwischen das Gemüse setzen, Kräuterbutter darauf verteilen und nochmals ca. 15 Min. im Ofen garen, bis das Hähnchen durch ist. Mediterranes Hähnchen mit Ofengemüse auf Tellern verteilt servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	599 kcal
Kohlenhydrate	50 g
Eiweiß	40 g
Ballaststoffe	5 g
Fette	27 g