

Tandoori Huhn

Zutaten für 1 Personen

Zubereitungszeit 45 Minuten

Schwierigkeit normal

Zutaten

- 2 Stück Hähnchenkeule
- 100 g Pellkartoffeln
- 1 Stück Bio-Zitrone
- 1 EL Kokosöl
- 1 TL Tandoori Kokoswürzöl oder Tandoori Würzöl
- 1 Bund Rosmarin
- 1 Salz und Pfeffer



Zubereitung

Die Hähnchenkeulen salzen und mit Kokosöl bestreichen. Pellkartoffeln waschen und mit Schale in gesalzenem Wasser zirka 20 Minuten garen. Eine Bio-Zitrone gründlich waschen und in 1 cm dicke Scheiben schneiden. Hähnchenkeulen, Pellkartoffeln und Zitronenscheiben in eine feuerfeste Form legen und mit Salz und Pfeffer würzen. Rosmarin waschen, abtropfen lassen und großzügig auf den Zitronenscheiben und dem Hähnchenfleisch verteilen.

Alles bei 200 Grad für zirka 45 Minuten in den vorgeheizten Backofen (Ober-/Unterhitze) geben. Nach der Hälfte der Garzeit das Fleisch mit Tandoori Kokoswürzöl oder Tandoori Würzöl bepinseln. Nach der Garzeit mit Salz und Pfeffer abschmecken. Dazu passt gebratenes Gemüse.

Hinweise

Tipp: für eine besonders knusprige Kruste können die Hähnchenschenkel auch auf einem Kontaktgrill zubereitet werden.