



Brathähnchen

<https://www.edeka.de/rezepte-ernaehrung/rezepte/rezeptsuche/brathaehnchen.jsp>



Hähnchen mit Kräutern gefüllt und gebraten.

Zutaten

Zutaten für: 4 Portionen

Für das Hähnchen:

Menge	Artikel	Unsere Empfehlung
1,2 kg	Hähnchen Salz	GUT&GÜNSTIG Jodsalz
	Pfeffer	
1 Zweig	Petersilie	
1 Zweig	Thymian	
1 Zweig	Majoran	
etwas	Liebstockel	
50 g	Butter	EDEKA Bio Sauerrahmbutter

Außerdem:

Menge	Artikel	Unsere Empfehlung
1 EL	Pflanzenöl	
200 g	Zwiebeln	
200 g	Tomaten	
1 TL	Petersilie	

Rezept: Ernährungsservice
Foto: EDEKA Zentrale AG & Co. KG

Rezeptinformation

Zutaten für: **4 Portionen**

Zubereitungszeit: **15 Min.**

Fertig in: **1 Std. 15 Min.**

Je Portion : **2026 kJ, 484 kcal , 4 g Kohlenhydrate , 41 g Eiweiß , 34 g Fett , 226 mg Cholesterin , 2 g Ballaststoffe**

Schwierigkeitsgrad: **mittel**

Zubereitung

1.) Die Kräuter zu einem Sträußchen zusammenbinden. Das Hähnchen innen und außen unter fließendem Wasser sorgfältig waschen und gut trockentupfen. Innen und außen salzen und pfeffern. Das Kräutersträußchen in die Bauchhöhle legen. Hähnchen mit Küchengarn in Form binden, dafür die Haut von der Brust her über die Halsöffnung ziehen. Die Flügelspitzen unter den Körper legen. Küchengarn von unten um die Unterschenkel führen, an den Gelenken überkreuzen, seitlich entlang der Unterschenkel zu den Flügeln führen und straff ziehen. Das Garn seitlich fest verknoten.

2.) Bräter mit Öl auspinseln und erhitzen. Das Hähnchen in den Bräter legen und rundum mit zerlassener Butter bepinseln. Zwiebeln schälen, halbieren und in den Bräter legen. Hähnchen in den auf 200 Grad Ober-/Unterhitze (Umluft 180 Grad) vorgeheizten Ofen schieben und 60 Minuten braten. Immer wieder mit der Bratbutter bepinseln. Tomaten waschen, halbieren, dabei Stielansätze entfernen. In den letzten 10 Minuten in den Bräter legen.

3.) Brathähnchen aus dem Ofen nehmen, mit der Petersilie bestreuen und mit Zwiebeln und Tomaten anrichten.

Lust auf Hähnchen? Probieren Sie auch dieses köstliche !

Beilagentipp:

Dazu passen Pommes frites und .

Hinweis:

Bei der Zuordnung der Rezepte zu den einzelnen Kategorien wie gluten- und laktosefrei gehen wir sehr sorgfältig vor, können aber keine Gewähr übernehmen. Wir danken für Ihr Verständnis.

Kochschule

Zwiebeln schneiden: Ihnen strömen beim Schneiden von Zwiebeln leicht Tränen in die Augen? Kein Problem: Legen Sie die Zwiebel vorher einfach in kaltes Wasser oder nehmen Sie einen Schluck Wasser in den Mund, wenn Sie die Zwiebeln schneiden.

Küchenutensilien



Brathähnchen

<https://www.edeka.de/rezepte-ernaehrung/rezepte/rezeptsuche/brathaehnchen.jsp>



EDEKA zuhause Silikon-Backpinsel: Optimal zum Backen und Bestreichen von Bratgut. Kein Ausfallen der Borsten wie bei Haarpinseln. Mit abnehmbarem Funktionsteil zur leichten Reinigung. Griffe und Aufhängeösen aus rostfreiem Edelstahl 18/10. Stabile Qualität. Hitzebeständig bis 260 °C. Spülmaschinengeeignet. Praktische Aufhängeöse.

Küchenutensilien



EDEKA zuhause Gewürzmühle: Mit Keramikmahlwerk, härter als Stahl. Stufenlos einstellbarer Mahlgrad. Leichtes Befüllen des Glasbehälters durch weite Öffnung.
