

Hähnchenunterschenkel aus der Pfanne mit Gemüse



Zutaten für 2-3 Personen:

3-4 Hähnchenunterschenkel
Salz, Pfeffer aus der Mühle
1/2 EL Olivenöl
1 Zwiebel
1/2 Zucchini
1/2 Karotte
80 g Pilze
3-4 Kirschtomaten
150 ml Hühnerbrühe
1 EL Crème fraîche

1. Zwiebel halbieren, schälen und würfeln. Karotte schälen und in sehr feine Scheiben schneiden.
2. Hähnchenunterschenkel salzen, pfeffern und in wenig Olivenöl in einer beschichteten Pfanne anbraten. In Alufolie warm stellen.
3. Hitze zurücknehmen und zuerst die Zwiebeln weich dünsten, dann die Karotten anschwitzen. Hähnchenschenkel wieder zugeben und mit 150 ml Hühnerbrühe ablöschen. Deckel aufsetzen und etwa 45 Minuten bei geringer Hitze schmoren.

4. Vom Zucchini die Enden abschneiden, waschen, trocknen und in Scheiben schneiden. Pilze putzen und in Scheiben schneiden. Kirschtomaten waschen und halbieren.
5. Crème fraîche einrühren, Zucchinischnitten, Pilze und Kirschtomatenhälften zugeben und weitere 10-15 Minuten schmoren.
6. Zum Schluss Sauce mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Hinweise:

Ein wenig aufwendiges, aber schmackhaftes Gericht.

Schlagworte:

mittel, Zubereitung ca. 20 min, Gesamtzeit ca. 80 min, Hauptspeisen, Fleisch, Geflügel, Huhn, international

Rezept und Foto: Walter
Stand 21.01.2023