

Knusprige Hähnchenschenkel auf karamellisierten Urwurzeln aus dem Ofen



Zutaten:

Für 8 Personen:

- 8 Hähnchenschenkel
- 2 kg Urgemüse (z.B. Urkarotten, Pastinaken, Kerbelknolle, Haferwurzeln, Steckrübe, Schwarzwurzeln, Wurzelpetersilie)
- 5 EL Öl
- 4 EL Essig oder Verjus
- Salz, Pfeffer, Brotgewürz
- 2 EL Honig oder Zuckerrübensaft
- 50 g gehackte Nüsse
- 50 g Butter
- Petersilie zum Bestreuen
- Zum Bestreichen etwas Bier oder Apfelsaft



Zubereitung

Das Gemüse waschen und schälen. Danach in mundgerechte Stücke schneiden (ca. 3 cm). Das Gemüse in einer Schüssel mit Salz, Pfeffer, Öl, Essig und Honig vermischen und 20 Minuten stehen lassen. Anschließend das marinierte Gemüse mit einem Sieblöffel herausnehmen und auf ein Backblech verteilen.

Die Hähnchenschenkel auf das Gemüse verteilen und gut mit der Marinade aus der Schüssel bestreichen. Alles mit Alufolie abdecken und im vorgeheizten Backofen bei 160°C (Heißluft) 30 Minuten backen. Dann die Alufolie abnehmen und alles weiter 25-30 Minuten bei erhöhten 180°C backen. Die Schenkel sollten schön goldgelb und knusprig sein. Gelegentlich mit Bier oder Apfelsaft bestreichen.

Das Gemüse in eine Pfanne geben und mit Butterflocken, geschnittener Petersilie und gehackten Nüssen mischen und warm halten. Nochmals abschmecken, dann mit den Schenkeln servieren.

Tipp: Ich würze das Gemüse mit etwas Brotgewürz aus der Gewürzmühle.