

BRATHÄHNCHEN MIT HERBSTLICHEM GEMÜSE

BRATHÄHNCHEN MIT HERBSTLICHEM GEMÜSE

Ich habe momentan noch Berge von herbstlichem Gemüse wie Zucchini und Kürbis - die mache ich heute mal als Blechgemüse. Zusammen mit ein paar Kartoffeln ist das eine schöne Beilage für ein leckeres Brathähnchen. Leicht und unkompliziert - was will man mehr?



Zutaten für 2 Personen:

1 Brathähnchen, 1,4kg

6 EL Rapsöl

3 TL geräuchertes Paprikapulver

1 gehäufte TL Salz

Für das Gemüse:

2 Kartoffeln

1/2 Hokkaido Kürbis

1/2 Zucchini

2 Karotten

2 Zwiebeln

Pfeffer & Salz

Zubereitung:

Paprikapulver, Salz und Öl zu einer dicken Marinade verrühren und das Hähnchen rundum damit einpinseln. Bei mir wandert das Hähnchen auf den Drehspieß, ihr könnt es aber auch im Bräter zubereiten. Dann kommt es zuerst mit der Brust nach unten in den Bräter und nach 15 Minuten gebt ihr etwas Wasser dazu und pinselt es ab und an mit dem Bratensud ein. Außerdem sollte es alle 20 Minuten gewendet werden. Insgesamt liegt die Garzeit bei mir bei 80 Minuten.

Kürbis, Zucchini und Kartoffeln würfeln, die Karotten in Scheiben schneiden. Die Zwiebel vierteln.



30 Minuten vor Ende die Kartoffeln und die Zwiebel unter dem Hähnchen auf das Blech legen, oder mit im Bräter platzieren. 15 Minuten vor Ende kommen dann auch die Zucchini- und Kürbiswürfel und die Karottenscheiben dazu. Mit Pfeffer und Salz würzen.



Nach 80 Minuten ist mein Hähnchen gar, saftig und super zart.



Das Hähnchen halbieren und mit dem Gemüse zusammen anrichten.

Lasst es euch schmecken!

