



Dauer: Mittel
Kategorie: Hauptspeisen
Saison: Ganzjährig
Für: 4 Personen
Verfasst von: Brigitte Quehenberger

Zutaten

• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •	
4	Hühnerkeulen
2 EL	selbstgemachte Suppenwürze
1	Bio-Zitrone
150 G	Karotten
150 G	Rüben
150 G	Petersilwurzeln
2 EL	Leinöl
5	Knoblauchzehe

• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •		
250 ML	Wasser	
		 •

Zubereitung

- 1. Backrohr auf 180 °C (Umluft 160 °C) vorheizen.
- 2. Selbstgemachtes Suppengewürz mit dem Saft einer halbe Zitrone und etwas warmen Wasser verrühren und die Hühnerkeulen mit der Mischung bestreichen.
- **3.** Gemüse schälen und in ca. 2 cm breite Scheiben, übrige Zitrone in 1/2 cm dicke Scheiben schneiden.
- 4. Gemüse, Knoblauch und Zitronenscheiben mit Öl in einer Bratpfanne verteilen.
- 5. Hühnerkeulen einlegen und im Rohr (untere Einschubleiste/Rost) ca. 1 Stunde braten. Nach halber Garzeit ca. 1/4 I Wasser zugießen.