



HAUPTGANG

SENF-HONIG POULETSCHENKEL MIT KARTOFFELN UND ORANGE



★★★★★ (141)

1H 05 MINUTEN
FÜR 4 PERSONEN

ZUTATEN

Marinade

- 4 EL Rapsöl
- 2 EL Senfkörner-Salz*
- 3 EL flüssiger Honig
- 2 EL Orangensaft

Zutaten

- 800 g festkochende Kartoffeln, in Schnitzen
- 3 rote Zwiebeln, halbiert
- 1 Knoblauch, halbiert
- 4 bis 5 Zweige Thymian
- 4 Pouletschenkel (je ca. 200 g)
- 1 Bio-Orange, in Scheiben

ZUBEREITUNG

- 1 Alle Zutaten für die Marinade verrühren.
- 2 Die Pouletschenkel kalt abspülen, mit Haushaltspapier trocken tupfen. Rundum mit der Hälfte der Marinade bestreichen.
- 3 Den Backofen auf 200° C vorheizen. Die Kartoffeln, die Zwiebeln und den Knoblauch in eine Gratinform geben. Mit der restlichen Marinade vermengen.
- 4 Die Pouletschenkel sowie die Orangenscheiben und die Thymianzweige zu den Kartoffeln in die Gratinform geben. Ca. 40 bis 45 Minuten in der Mitte des auf 200 °C vorgeheizten Ofens garen.

TIPP

*3/4 EL Salz mit 1 EL gelben Senfkörner im Mörser zermahlen