Paprikahähnchen mit Gemüse aus dem Ofen

Zeit gesamt
40min

Zubereitungszeit
15min

Schwierigkeit
Einfach

Zutaten

für 4 Portionen

Knoblauchzehen	2 St.
Zwiebeln, rot	4 St.
Paprika, rot	2 St.
Paprika, gelb	2 St.
Thymian, frisch	5 g
Hähnchenbrustfilets	600 g
Olivenöl	6 EL
Paprika, edelsüß	1 TL
Salz	
Pfeffer, schwarz	
Weißwein, trocken	100 ml
Baguette	1 St.

Zubereitung

Küchenutensilien

große Schüssel, große Auflaufform, Küchenkrepp

1. Ofen auf 200 °C (Umluft) vorheizen. Knoblauch schälen und fein hacken. Zwiebeln halbieren, schälen und Hälften jeweils achteln. Paprika waschen, vierteln, Strunk und Kerne entfernen. Thymian waschen und trocken schütteln. Hähnchen waschen und trocken tupfen.

2. In einer Schüssel Olivenöl mit Knoblauch, Paprikapulver, Salz und Pfeffer verrühren. Hähnchen, Paprika und Zwiebeln in der Schüssel damit gründlich marinieren.

3. Alles samt der Marinade in eine Auflaufform gießen. Thymian dazugeben und im Ofen ca. 15 Min. backen. Mit Wein ablöschen und erneut im Ofen ca. 10 Min. zu Ende garen.

4. Auflaufform aus dem Ofen nehmen, Paprikagemüse und Hähnchen auf Tellern verteilen. Mit Baguette servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	609 kcal
Kohlenhydrate	50 g
Eiweiß	39 g
Ballaststoffe	8 g
Fette	26 g