Hähnchen-Oberkeulen auf Staudensellerie-Gurken-Gemüse



Leckere Hähnchenoberkeulen

Einfaches Rezept.

Einfach Hähnchen-Oberkeulen in der Pfanne braten.

Die letzten Minuten kleingeschnittenen Staudensellerie und Mini-Gurken dazugeben und mitgaren. Gemüse würzen.

Fertig. Einfaches Gericht. Wenige Zutaten. In wenigen Minuten fertig.

Wenn es einmal schnell gehen muss.

Für 2 Personen

- 6 Hähnchen-Oberkeulen (2 Packungen à 300 g)
- Fleischgewürzmischung

- 4 Stangen Staudensellerie
- 2 Mini-Gurken
- Salz
- Pfeffer
- Olivenöl
- Chenin blanc
- Schnittlauch

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 2 Min. | Garzeit 8 Min.



Schnittlauch kleinschneiden.

Gemüse putzen und quer in dünne Scheiben schneiden.

Oberkeulen auf beiden Seiten mit Gewürzmischung würzen.

Oberkeulen in heißem Fett in einer Pfanne mit Deckel auf jeder Seite vier Minuten kross braten.

Die letzten drei Minuten Gemüse dazugeben und Zugedeckt mitgaren. Dazu mit einem guten Schluck Chenin blanc ablöschen.

Gemüse salzen und pfeffern.

Gemüse auf zwei Teller geben. Schnittlauch darüber verteilen.

Jeweils drei Oberkeulen darauf geben. Söße̊chen über die Oberkeulen geben.

Servieren. Guten Appetit!