Geflügel-Ofenplatte



Verschiedene Hähnchenteile

Manchmal bekommt man eine solche Platte in einer fertigen Zusammenstellung bei seinem Discounter oder Supermarkt.

Wenn man sie sich selbst zusammenstellen will, wählt man einfach Hähnchen-Oberschenkel, -Unterschenkel und -Flügel und stellt sie in der entsprechenden Anzahl zusammen.

Manchmal bekommt man diese Hähnchenteile schon vormariniert mit einer Paprika-Marinade.

Es geht aber auch einfach, sich mit Salz, Pfeffer, Zucker, Paprika und Olivenöl eine eigene Marinade in einer Schüssel zuzubereiten und die Hähnchenteile einige Stunden darin zu marinieren.

Im Grund ist es aber ein Gericht für diejenigen, die nun mit Kochen rein gar nichts am Hut haben.

Denn abgesehen von der oben beschriebenen Vorbereitung mit dem Einkauf und der Marinade macht der Backofen alles.

Einfach die gewürzten Hähnchenteile auf ein Backblech mit Backpapier geben und auf mittlerer Ebene im auf 200 ºC Ober-/Unterhitze vorgeheizten Backofen 50 Minuten backen lassen. Da die Hähnchenflügel sehr dünn und zart sind, bäckt man sie nur 40 Minuten, gibt sie also 10 Minuten später auf das Backblech.

Hähnchenteile auf zwei Teller verteilen. Servieren. Guten Appetit!

Und da dies eigentlich das einzige Prozedere bei der Zubereitung ist, erspare ich mir bei diesem Rezept nochmals eine ausführliche Beschreibung.

Für 2 Personen:

- 1,6 kg Geflügel-Ofenplatte (2 Packungen à 800 g, mit Paprika mariniert)



Mit kross gebackener Haut