

**Zeitaufwand:**

Vorbereitung: 0,25 Stunden

Kochzeit

ca 1,0 Stunden im Backofen

**Zutaten**

- 1 Hühnerkeule
- 2 kleine Karotten
- 1 Tomate oder 3-4 Cherry-Tomaten
- 1 halbe kleine Zucchini
- 2-3 kleine Kartoffeln (also mittel)
- 1 große Knoblauchzehe
- 1 Paprika, rot, grün, gelb - egal (was man hat)
- Olivenöl reichlich
- etwas Gemüse- oder Hühnerbrühe (habe ich selbstgemachte, als Eiszwürfel)
- Pfeffer, Salz
- THYMIAN - frisch und reichlich aus dem (Balkon-)Garten
- 2 reichliche Esslöffel Zitronensaft und etwas Zitronenabrieb

Knuspriges Hühnerbein „El Greco“ mit Thymian und Zitrone aus dem Backofen

So geht es...

- Zuerst kommen die Karotten dran. Die brauchen am längsten. Schälen und in Scheiben schneiden.
- In eine flache Auflaufform mit etwas Wasser und Olivenöl geben.
- In den Backofen schieben, auf 220°C Ober- und Unterhitze aufheizen.
- Jetzt Kartoffeln schälen, ebenfalls in nicht zu dünne Scheiben (3 mm) schneiden.
- Über den Karotten verteilen, leicht salzen und pfeffern.
- Thymianblättchen abzupfen, mit dem grob gehackten Knoblauch mischen.
- Die gewürfelten Tomaten seitlich in die Auflaufform geben, darüber eine Prise Salz und zwei Prisen Zucker.
- Alles mit etwas Thymian und Knoblauch bestreuen und mit Olivenöl beträufeln. Einen Teil des Zitronenabriebs dazugeben.
- Etwas Gemüse- bzw. Hühnerbrühe hinein - ich habe 4 Eiszwürfel meiner Hühnerbrühe verwendet, das sind ca. 100 ml, damit sind Karotten und Kartoffeln knapp bedeckt.
- In den Backofen geben.
- Falls der Backofen bereits auf Temperatur ist auf 180° herunter schalten, das funktioniert mit dem neuen Backofen deutlich besser.
- Jetzt den (die) Hühnerschlegel vorbereiten.
- Die Haut vorsichtig ablösen, aber nicht abschneiden - macht man am besten mit den Fingern - vorsichtig abrollen wie einen Strumpf.
- Den Schlegel leicht salzen und pfeffern, dann das Thymian-/Knoblauchgemisch auf einer Seite auftragen (reichlich). Die Haut drüber ziehen und mit einem Zahnstocher befestigen.
- Mit der Innenseite geschieht das Gleiche.
- Mit der Oberseite nach unten auf das Gemüse legen und den Backofen wieder auf 220°C bringen.
- Nach 15 Minuten auf 180°C herunterschalten. Das Huhn braucht insgesamt eine Stunde, nach weiteren 15 Minuten den Schlegel umdrehen, damit die Oberseite schön knusprig wird.
- Ach so. Beim Drehen des Schlegels gibt man die grob gewürfelte Zucchini, die Paprikastreifen, den Zitronensaft dazu.
- Das wird dann rechtzeitig gar und hat noch etwas Biss.
- Immer mal wieder in den Backofen schauen, dass nichts anbringt.
- Nach ca. 30 Minuten ist die Haut schön kross und das Gericht kann auf den Teller.
- Mit ein paar Bröseln Zitronenabrieb garnieren

[Zurück zum Blog:
opaskitchen.blog](#)



Text und Bild: © Reiner Rosenwald
www.opaskitchen.blog
reiner.rosenwald@gmail.com