

All in One, Hähnchenauflauf mit Kartoffelhaube plus Rezeptbandaktion

Das Rezept ist für 4 Pers. p.Pers. 6 SmartPoint Punkte

Zutaten:

200 g Zuckerschoten, halbiert

500 g Hähncheninnenfilet

2 Paprikaschoten, in Streifen geschnitten

4 mittelgroße Kartoffeln schälen (500g)

1 Zwiebel schälen

100 g Emmentalerkäse am Stück

2 TL Fleischeslust, alternativ Geflügelgewürz

3 TL Schlemmerkräuter, alternativ Kräuter nach e. Geschmack

2 TL Gewürz „Nicht Fisch, nicht Fleisch“, altern. n.e.Geschmack

Paprika edelsüß

Zubereitung:

Ich habe am Abend vorher die Hähnchenfilets mit dem Gewürz Fleischeslust gewürzt und über Nacht in der kleinen Nixe ziehen lassen.

Den Backofen auf 230 Grad O/U Hitze vorheizen.

Jetzt die Kartoffeln mit dem Gemüsespiralschneider (Fusillstärke) schneiden und die Zwiebel ebenso. Die Kartoffeln in die große Glasnixe füllen und mit dem Gewürz „Nicht Fisch, Nicht Fleisch“ und dem Paprika würzen. Die Zwiebel zu dem Gemüse geben und alles mit den Schlemmerkräutern würzen.

Nun zuerst die Hähnchenfilets in der Ofenhexe verteilen, dann das Gemüse darüber geben und zuletzt die Kartoffelspiralen darüber verteilen.

Jetzt mit der groben Microplanereibe den Emmentalerkäse über den Auflauf reiben und alles für ca. 40 Min auf dem unteren Rost fertig garen.

Guten Appetit wünscht Euch Judith ☺

P.S. Als besonderes Geschenk erhält jeder Besteller vom 5.6.19 – 30.6.19 von mir ein neues Rezeptband geschenkt.