Vegi Pouletschenkel mit Honigkruste mit Gemüse

von segura.yves@gmail.com
Mengen für 3 Personen

Quelle: Kräuterpoulet mit Honigkruste von Nilup
Tags: Einfach, benötigt Backofen
Gewürze: Streuwürze, Paprika, Pfeffer

* 3 g Salz	
0.6 g Kräutermischung	Kräuter wie Estragon, Rosmarin etc. verwenden, mit Salz mischen
600 g Pouletschenkel	
15 g Senf	
* 3 g Salz	
1.5 g Estragon	
1.2 EL Butter	flüssig
12 g Honig	Poulet mit Honig und Butter bestreichen
150 g Rüebli	rüsten und in Stücke schneiden
150 g Paprika	Peperoni rüsten und in Streifen schneiden
150 g Kartoffeln festkochend	rüsten und in grössere Würfel schneiden

** angenäherte Umrechnung, z.B. kg -> Stück / TL -> g*

Garzeit: ca. 1 Stunde bei 175°; Pouletschenkel regelmässig mit Honig-Butter-Masse einstreichen

Gemüse gerüstet und geschnitten mit dem Poulet im Ofen garen. Ab und zu mit Bratensaft übergiessen