

## Glasiertes Ofenhähnchen mit Kürbis und Granatapfelsauce

VORBEREITEN

15  
Min.

ZUBEREITEN

25  
Min.

NIVEAU



### Zutaten für 4 Portionen

#### Für das Ofenhähnchen

240 g Reis  
4 Hähnchenbrustfilets  
1 Hokkaido-Kürbis  
1 Granatapfel

#### Für die Granatapfelsauce

60 ml Granatapfelsaft  
120 ml Sweet Chili Sauce  
60 ml Sojasauce  
1 Stück Ingwer (ca. 2 cm)  
1 Knoblauchzehe  
1 Esslöffel Olivenöl  
1 Esslöffel Honig  
Salz, Pfeffer

Du süß-säuerliche Frucht, du Speise der Götter - keine andere Sorte leuchtet so tiefrot wie du, lieber Granatapfel. Und keine andere Frucht verleiht Hähnchen, Kürbis und Reis diesen besonderen Geschmack. Weißt du, was das für deine kleinen Kerne bedeutet, saftiger Granatapfel? Sie kommen ab heute nicht mehr nur in Süßspeisen.

- 1 -

Backofen auf 220 °C vorheizen. Backblech mit Backpapier auslegen.

- 2 -

Für das Ofenhähnchen Hokkaido-Kürbis entkernen und in Spalten schneiden. Honig und Olivenöl vermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Kürbisspalten mit der Honig-Öl-Mischung vermengen und auf eine Hälfte des Backblechs legen.

- 3 -

Für die Granatapfelsauce Knoblauch und Ingwer schälen und fein hacken. Mit Sweet Chili Sauce, Granatapfelsaft und Sojasauce mischen. Hähnchenbrustfilets mit der Hälfte der Sauce einstreichen, zu den Kürbisspalten auf das Backblech legen und im heißen Ofen ca. 20-25 Minuten garen. Nach der Hälfte der Zeit erneut mit etwas Granatapfelsauce einstreichen. Den Rest beiseitestellen.

- 4 -

Reis nach Packungsanweisung kochen. Granatapfel aufschneiden und Kerne herauslösen.

- 5 -

Hähnchenbrustfilets und Kürbisspalten mit Reis servieren und mit Granatapfelkernen sowie restlicher Granatapfelsauce garnieren.