

In nur 20 Minuten fertig: Kunterbuntes Ofengemüse mit Hähnchen

VORBEREITEN

5
Min.

ZUBEREITEN

15
Min.

NIVEAU



Zutaten für 2 Portionen

2 Hähnchenbrustfilet
1 rote Paprika
1 Zucchini
100 g Brokkoli
80 g Kirschtomaten
1 rote Zwiebel
2 Esslöffel Olivenöl
1 Prise(n) Paprikapulver
1 Esslöffel getrockneter Rosmarin
Salz, Pfeffer

Besonderes Zubehör

Auflaufform (30 x 20 cm)

- 1 -

Backofen auf 230 °C vorheizen.

- 2 -

Zwiebel schälen und grob zerkleinern. Hähnchenbrust, Paprika und Zucchini in grobe Würfel schneiden. Brokkoliröschen zerteilen. Mit restlichem Gemüse und der Hähnchenbrust in eine Auflaufform füllen.

- 3 -

Olivenöl und Gewürze dazugeben, alle Zutaten gründlich vermischen und ca. 15 Minuten im Ofen garen lassen. Anschließend pur oder mit Brot oder Pasta servieren.

Von wegen Selberkochen kostet Zeit und Nerven! Dieses Rezept ist supereinfach vorzubereiten, bereits nach 20 Minuten fertig und schmeckt so lecker, dass selbst Feinschmecker begeistert zugreifen. Wer das kunterbunte Ofengemüse vegetarisch halten möchte, kann die Hähnchenbrust problemlos durch Kartoffeln ersetzen.