Überbackenes Rosmarinhuhn

Diesem glutenfreien Rezept kann kein Feinschmecker widerstehen: Ein überbackenes Rosmarinhuhn bringt mediterranes Flair in die Küche.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 15 min

Koch/Backzeit: 45 min

Gesamtzeit: 60 min



Zutaten

1 Stk.	Huhn
1 Prise	Salz
1 Prise	Pfeffer
1 Prise	Rosmarin
Nach Belieben	Geflügelfond (oder Suppe zum Übergießen)
2 Stk.	Eier
60 g	Parmesan (geriebenen)
Nach Belieben	frische Kräuter
1 Stk.	Zwiebel
220 g	Blattspinat
1 Stk.	Knoblauchzehe

Zubereitung

1. Für überbackenes Rosmarinhuhn den Backofen auf 200°C vorheizen. Das Huhn tranchieren und waschen, salzen, pfeffern und mit Rosmarin bestreuen. Im Ofen ca. 35 Minuten braten, dabei immer wieder mit etwas Wasser oder Geflügelfond übergießen.

2. In der Zwischenzeit den Blattspinat waschen und putzen und Knoblauch schälen und fein

hacken. Etwas Wasser in einem Topf erhitzen und den Spinat darin 10 Minuten dünsten lassen. Mit Salz, Pfeffer und Knoblauch würzen.

3. Parmesan reiben. Kräuter (z.B. Petersilie, Basilikum, Kerbel oder Estragon) waschen, trockentupfen und fein hacken. Eier verquirlen und mit Parmesan und Kräutern verrühren. Auf die Hühnerstücke verteilen und weitere 10 Minuten überbacken. Hühnerteile herausnehmen, auf dem Blattspinat anrichten und servieren.

Tipp

Zum überbackenen Rosmarinhuhn schmecken Kartoffelspalten aus dem Ofen und ein frisch gemischter Salat.