

# Hähnchen Oberschenkel mit Gemüse



## Zutaten für zwei Personen:

4 Hähnchen Oberschenkel  
Salz, Pfeffer aus der Mühle  
1 EL Olivenöl  
1 kleinere Zwiebel  
1 Knoblauchzehe  
2 Kartoffeln  
2 Karotten  
1 dünne Scheibe Sellerie  
75 ml trockener Weißwein  
75 ml Hühnerbrühe  
6 Blätter gezupfte Petersilie  
1 Prise Kreuzkümmel  
1/2 TL Thymian  
1/2 TL Kräuter der Provence  
3 Scheiben Ingwer  
1 Prise Rosenpaprika scharf  
1 Prise Cayennepfeffer

1. Hähnchen Oberschenkel waschen und trocken tupfen. Ganze Hähnchen-Oberschenkel in zwei Hälften teilen. Salzen und pfeffern.

2. Hähnchenteile in einem Schmortopf in Olivenöl portionsweise gut anbraten. Warm stellen.

3. Inzwischen das Wurzelgemüse putzen und grob würfeln. Einige Minuten braten, ständig umrühren.

4. Mit einer halben Tasse Weißwein ablöschen. Den Wein einreduzieren, das ist sehr wichtig. Dann wieder mit einer halben Tasse Hühnerbrühe auffüllen. Die Hähnchenteile wieder zugeben.

5. Gewürze und fein geschnittene Petersilie zugeben, umrühren.

6. Bei kleiner Hitze 45 Minuten schmoren. Gelegentlich nachsehen, ob noch genügend Flüssigkeit im Topf ist, sonst etwas Hühnerbrühe nachgießen.

## Hinweise:

Alltagsgericht. Den Thymian und die Kräuter der Provence kann man auch mal weglassen, oder durch frische Kräuter ersetzen, wie auf dem Bild zu sehen.

## Schlagworte:

leicht, Zubereitung ca. 20 min, Gesamtzeit ca. 70 min, Hauptspeisen, Fleisch, Geflügel, Huhn, deutsch

Rezept und Foto: Walter  
Stand 07.01.2026