

# Deutsches Geflügel

## gesund und lecker



## Hähnchenkeulen in Speck mit Rosmarin und Polenta

### Zutaten (für 4 Personen):

6 Hähnchenkeulen  
Salz und Pfeffer aus der Mühle  
6 Scheiben Speck  
einige Zweige Rosmarin  
2-3 Knoblauchzehen  
2 EL Olivenöl  
3 Zweige Thymian  
500 ml Geflügelbrühe  
250 ml Sahne  
frisch geriebene Muskatnuss  
150 g Polentagrieß  
40 g Butter  
50 g Parmesan  
80 g getrocknete Tomaten aus dem Glas



### Zubereitung:

Hähnchenkeulen waschen, trocken tupfen und von allen Seiten mit Salz und Pfeffer würzen. Das Fleisch jeweils mit einer Scheibe Speck umwickeln, mit einem Rosmarinzweig spicken und in eine Auflaufform geben. Die Knoblauchzehen mit dem Messerrücken andrücken und dazu geben. Alles mit Olivenöl beträufeln und im vorgeheizten Backofen bei 175 °C etwa 30 Minuten knusprig backen.

In der Zwischenzeit Thymian waschen, trocken schütteln und die Blättchen abzupfen. Die Brühe mit der Sahne aufkochen, mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken. Unter ständigem Rühren den Polentagrieß dazu geben und etwa 5 Minuten leicht köcheln lassen, bis eine cremige Konsistenz erreicht ist. Thymian, Butter und Parmesan unterrühren.

Die Keulen mit Polenta und getrockneten Tomaten servieren.

### Rezeptmaterial kostenfrei erhältlich bei:

Informationsbüro Deutsches Geflügel  
c/o Jeschenko MedienAgentur Köln GmbH  
Eugen-Langen-Str. 25, 50968 Köln  
Fon: 0221/3099-0, Fax: 0221/3099-200  
E-Mail: [info@deutsches-gefluegel.de](mailto:info@deutsches-gefluegel.de)

Wo Verantwortung Qualität erzeugt.  
Wir, die Geflügelwirtschaft für Deutschland.



# Deutsches Geflügel

gesund und lecker



## Nährwerte:

pro Portion ca. 819 kcal, 57 g Fett, 32 g Kohlenhydrate, 45 g Eiweiß

## Einkaufstipp

Achten Sie beim Einkauf von Geflügelfleisch auf die deutsche Herkunft, zu erkennen an den „D“s auf der Verpackung. Diese stehen für eine streng kontrollierte heimische Erzeugung nach hohen Standards für den Tier-, Umwelt- und Verbraucherschutz.

Weitere Informationen rund um Geflügelfleisch aus Deutschland sowie viele leckere Rezepte finden Sie auf [www.deutsches-gefluegel.de](http://www.deutsches-gefluegel.de)

## Rezeptmaterial kostenfrei erhältlich bei:

Informationsbüro Deutsches Geflügel  
c/o Jeschenko MedienAgentur Köln GmbH  
Eugen-Langen-Str. 25, 50968 Köln  
Fon: 0221/3099-0, Fax: 0221/3099-200  
E-Mail: [info@deutsches-gefluegel.de](mailto:info@deutsches-gefluegel.de)

Wo Verantwortung Qualität erzeugt.  
Wir, die Geflügelwirtschaft für Deutschland.

