



Was gibt's denn heute?

**schnell und „leckerli“**

Rezepte aus der eigenen Küche



---

**Rezept in PDF**

## Hähnchenschenkel paniert

Was sie dazu benötigen:

3-4 Hähnchenschlegel

1 große Zwiebel

4 Tomaten

1/2 Zucchini

4 Knoblauchzehen

2 Paprika (Farbe spielt keine Rolle)

Salz

Pfeffer

Geflügelgewürzmischung

Vollkorn Paniermehl

2 Eier

Tomatenmark

Mehl

Olivenöl für Gemüse

Margarine und Distelöl für Schlegel ausbraten

Bandnudeln

---

<https://www.aphaug.de/Kochrezepte/>

<https://www.aphaug.de/Pilze/>