

Hähnchen in der Mikrowelle und im Backofen

1 Hähnchen
Gewürze nach Belieben

Hähnchen waschen, trocken tupfen,
außen und innen würzen. Das Hähnchen in
den
3L Ultra legen und den Deckel drauf.

15 min bei 600 Watt in die Mikrowelle.
Gleichzeitig den Backofen vorheizen auf
180 Grad (Ober/Unterhitze).
Ohne Deckel 15 min im Backofen zu Ende
garen (KEIN GRILL!!!)
Je nach Ofen kann es bis zu 20 min
dauern.

Gutes Gelingen
Ihre Iris Grapat