**Gemüsereis mit Pouletflügeli**

[[](https://www.landwirtschaft.ch/fileadmin/landwirtschaft/Essen/Bilder/Schwyz/Pouletfluegeli_auf_Gemuesereis.jpg)](https://www.landwirtschaft.ch/fileadmin/landwirtschaft/Essen/Bilder/Schwyz/Pouletfluegeli_auf_Gemuesereis.jpg)

**Zutaten für 4 Personen**

1. 1 Tasse Langkornreis
2. 2-3 Rüebli
3. 1 Lauchstängel
4. 1 Kohlrabi
5. 3 Tassen Bouillon
6. 4-8 Pouletflügel
7. 4 Pouletunterschenkel
8. Pouletgewürz od. andere Gewürze
9. Wenig Senf

**Zubereitung**

1. Reis auf dem Backblech oder Gratinform verteilen, klein geschnittenes Gemüse darauf geben und alles mit der Bouillon übergiessen.  
  
2. Pouletfleisch kalt abwaschen und mit Küchenpapier gut abtupfen.  
Gut würzen und mit etwas Senf einreiben.  
  
3. Fleisch auf das Gemüse legen und im vorgeheizten Backofen bei 200 Grad 60 Minuten garen.  
  
4. Nach einer halben Stunde Fleisch umdrehen.