



## BBQ Chicken Wings mit Spinatsalat

### Zutaten

#### (für 4 Personen):

- 1.5 kg Hähnchenflügel
- 3 EL Barbecue-Sauce
- 2 Limetten
- 4 EL Olivenöl
- Salz und Pfeffer
- 2 EL Weißweinessig
- 250 g Babyspinat
- 400 g Ananas
- 1 Zwiebel
- 1 Chili
- 100 g Blaubeeren



### Nährwerte:

Pro Portion ca. 535 kcal, 35 g Fett, 21 g Kohlenhydrate, 29 g Eiweiß

### Zubereitungszeit:

35 Minuten

## BBQ Chicken Wings mit Spinatsalat

### Zubereitung:

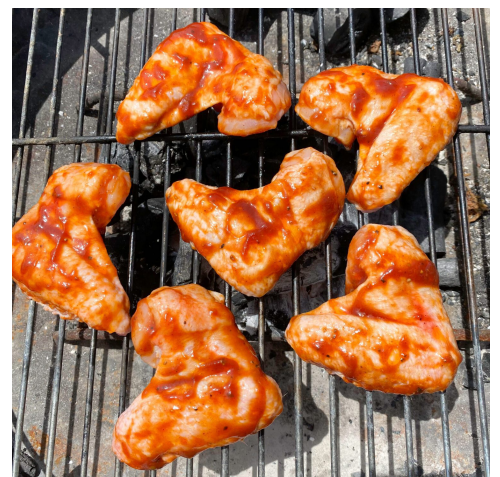
1. Zuerst die Barbecue-Sauce mit Limettensaft, 2 EL Öl und etwas Salz und Pfeffer mischen.



2. Dann die Hähnchenflügel rundherum mit der Marinade bestreichen.



3. Hähnchenflügel auf den Grill legen und circa 20 bis 25 Minuten unter gelegentlichem Wenden grillen...







## BBQ Chicken Wings mit Spinatsalat

4. ...bis sie schön goldbraun gegrillt sind.



5. 2 El Öl, Essig und eine Prise Salz und Pfeffer mischen. Spinat, Ananas und Zwiebel unterheben.



6. BBQ Chicken Wings mit dem Salat anrichten, mit Blaubeeren und Chili toppen und genießen.





## BBQ Chicken Wings mit Spinatsalat



### Einkaufstipp

Heimische, nachhaltige und nach hohen Standards erzeugte Lebensmittel sind dir wichtig? Dann achte beim Einkauf von Geflügelfleisch auf die „D“s auf der Verpackung: diese garantieren dir Geflügelfleisch aus Deutschland.

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