

Gegrillte Chicken Wings mit Honig-Limetten-Glasur

Zutaten

(für 4 Personen):

1.2 kg Hähnchenflügel
3 EL Öl
3 Knoblauchzehen
2 EL Honig
2 Limetten
3 EL Weißweinessig
Koriander
Salz und Pfeffer
1 Gurke
3 EL Mayonnaise
1 EL Tomatenmark
Chili
2 Lauchzwiebeln



Nährwerte:

Pro Portion ca. 527 kcal, 39 g Fett, 15 g Kohlenhydrate, 28 g Eiweiß

Zubereitungszeit:

circa 45 Minuten

Gegrillte Chicken Wings mit Honig-Limetten-Glasur

Zubereitung:

1. Zuerst 2 EL Öl, 2 gepresste Knoblauchzehen, Honig und Limettensaft verrühren.



2. Dann die Hähnchenflügel mit der Honig-Limetten-Glasur bestreichen.



3. Anschließend die Hähnchenflügel von jeder Seite circa 15 Minuten grillen.



Gegrillte Chicken Wings mit Honig-Limetten-Glasur

4. Als nächstes Weißweinessig, 1 EL Öl und gehackten Koriander mischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.



5. Dann die Salatgurke mit dem Dressing mischen.



6. Jetzt nur noch Mayonnaise, Tomatenmark und 1 gepresste Knoblauchzehe mischen und mit Chili, Salz und Pfeffer würzen.



7. Zum Schluss die Chicken Wings vom Grill nehmen...

Gegrillte Chicken Wings mit Honig-Limetten-Glasur



8. ...und mit Gurkensalat, Lauchzwiebelringen und Tomaten-Mayonnaise genießen.



Gegrillte Chicken Wings mit Honig-Limetten-Glasur



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**