WE LOVE GEFLÜGEL!

Weltbester Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Rote Drumsticks

Zutaten (für 4 Personen):

800 g Hähnchenunterschenkel (Drumsticks)
2 EL Öl (z. B. Raps- oder Sonnenblumenöl)
2 EL Tomatenmark
1 EL Mayonnaise
2 EL Essig (z. B. Weißweinessig oder Apfelessig)
1 TL Paprikapulver, rosenscharf
Salz & Pfeffer



Nährwerte:

Pro Portion ca. 485 kcal, 37 g Fett, 2 g Kohlenhydrate, 37 g Eiweiß

Zubereitungszeit:

circa 50 Minuten (inkl. Backzeit)

WE LOVE GEFLÜGEL!

Weltbester Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Rote Drumsticks

Zubereitung:

1. Zuerst Öl, Tomatenmark, Mayonnaise, Essig und Paprikapulver in einer Schüssel verrühren. Dann mit Salz und Pfeffer kräftig abschmecken.



2. Drumsticks mit der Marinade in einen Gefrierbeutel geben und so lange darin mischen, bis alle Hähnchenunterkeulen rundherum mit der Marinade bedeckt sind.



3. Drumsticks bei 180 Grad für circa 35 bis 45 Minuten in den Ofen geben…

Rote Drumsticks



4. …bis sie schön goldbraun gegart sind.
   Besonders gut schmeckt das Fingerfood mit einem schnellen Kräuter-Dip aus Crème fraîche oder griechischem Joghurt, Zitronensaft, frischen Kräutern und etwas Salz & Pfeffer.



5. Jetzt nur noch anrichten und geniiießen!



WE LOVE GEFLÜGEL!

Weltbester Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Rote Drumsticks



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-geflügel.de**