WE LOVE GEFLÜGEL!

Weltbester Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Sesam-Drumsticks mit Tomaten

Zutaten (für 4 Personen):

1.2 kg Hähnchenunterkeulen
2 EL Speisestärke
80 g Sesam hell
20 g Sesam dunkel
2 Knoblauchknollen
2 EL Öl
200 g Tomaten
Salz und Pfeffer
Petersilie



Nährwerte:

Pro Portion ca. 610 kcal, 44 g Fett, 18 g Kohlenhydrate, 39 g Eiweiß

Zubereitungszeit:

circa 55 Minuten (davon 45 Minuten Garzeit im Ofen)

WE LOVE GEFLÜGEL!

Weltbester Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Sesam-Drumsticks mit Tomaten

Zubereitung:

1. Zuerst die Speisestärke in Wasser auflösen, die Hähnchenunterkeulen rundherum damit bestreichen und mit Sesam ummanteln.



2. Anschließend die Hähnchenunterschenkel mit den halbierten Knoblauchknollen für circa 45 Minuten bei 180 Grad im Ofen garen.



3. Kurz vor Ende der Garzeit die Tomaten mit dem Öl besprühen und für die letzten 5 Minuten ebenfalls in den Ofen geben.

WE LOVE GEFLÜGEL!

Weltbester Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Sesam-Drumsticks mit Tomaten



4. Zum Genießen einfach die Sesam-Drumsticks und Tomaten anrichten, mit etwas Salz und Pfeffer würzen und dunklem Sesam und Petersilie toppen.



WE LOVE GEFLÜGEL!

Weltbester Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Sesam-Drumsticks mit Tomaten



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**