



Hauptmahlzeit, Vorspeise oder Finger Food für Parties oder Picknick

## Knusprige Chickenwings

Rezept für 4 Personen (Hauptmahlzeit) oder 8 Personen (Vorspeise)

### Zutaten:

Legende: TL = Teelöffel, EL = Esslöffel, MSP = Messerspitze, dl = Deziliter (1/10), cl = Centiliter (1/100)

1,5 kg Hähnchenflügel, waschen, trockentupfen und im Gelenk halbieren  
Salz und Pfeffer aus der Mühle

### Für die Marinade:

3 Zehen Knoblauch, geschält und gepresst  
5 dl Buttermilch  
3 EL Olivenöl, kalt gepresst, 1a Qualität  
Salz, Pfeffer aus der Mühle

### Für die Panade:

150 gr Corn Flakes, im Cutter oder Mixer zu Paniermehl zerbröselt  
100 gr Parmesan (oder Sbrinz), gerieben  
1/4 bis 1/2 TL Cayennepfeffer

### Dip:

150 gr Ketchup  
100 gr Sweet Chilisaucе  
4 Zehen Knoblauch, geschält und gepresst  
Salz und Cayennepfeffer

### Für das Backen der Hähnchenflügel:

60 gr flüssige Butter

### Zubereitung:

**Marinade:** Buttermilch, Knoblauchzehen, Olivenöl, Salz und Pfeffer

In einer Schüssel vermischen. Die halbierten Hähnchenflügel kräftig salzen und pfeffern. In der Buttermilch-Marinade über Nacht im Kühlschrank marinieren.

Backofen

Den Backofen auf 175 Grad vorheizen (Umluft: 155 Grad).

**Panade:** Corn Flakes, Parmesan und Cayennepfeffer

Corn Flakes, Parmesan sowie Cayennepfeffer mischen. Hähnchenflügel aus der Marinade entnehmen, kurz abtropfen lassen und in der Panade wenden. Auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen.

Butter

Die Butter schmelzen und über die Hähnchenflügel auf dem Blech träufeln.

Backen

Rund 30 Minuten im Ofen backen. Die Hähnchenflügel sollen schön braun und knusprig sein..

**Dip:** Ketchup, Sweet Chilisaucе und Knoblauch

Ketchup, Sweet Chilisaucе sowie Knoblauch verrühren und als Dip zu den Hähnchenflügel reichen.

**Hinweis:** Ich denke, dass Pouletunterschenkel sich ebensogut für dieses Gericht eignen. Diese Pouletflügel können auch kalt gereicht und gegessen werden.