



MEINE BEWERTUNG



TM5/TM31*

*Angaben nur bei Abweichung

CHICKEN DRUMS MIT MALZBIER-DIP

Marinierte Chicken Drums

70 g Öl
3 Knoblauchzehen
2 TL Cayenne-Pfeffer
70 g Ketchup
1½ TL Salz
16 Hähnchenunterkeulen (à 180 g)

Malzbier-Dip

200 g Malzbier
100 g Ketchup
20 g Sojasauce
1 TL Senf
1½ TL Kartoffelstärke

NÜTZLICHES ZUBEHÖR

Gefrierbeutel
Backblech und -papier

ZUBEREITUNG

Marinierte Chicken Drums

1. Öl, Knoblauch, Cayenne-Pfeffer, Ketchup und Salz in den Mixtopf geben, **5 Sek./Stufe 8** zerkleinern und in einen Gefrierbeutel (3 l) umfüllen. Hähnchenunterkeulen in den Gefrierbeutel zugeben, durchmischen und 30 Minuten im Kühlschrank marinieren lassen. Am Ende dieser Zeit ein Backblech mit Backpapier belegen und Backofen auf 200°C vorheizen.
2. Hähnchenkeulen aus der Marinade nehmen, auf das vorbereitete Backblech geben und 50 Minuten (200°C) backen. In dieser Zeit den Dip zubereiten.

Malzbier-Dip

3. Mixtopf spülen.
4. Malzbier, Ketchup, Sojasauce, Senf und Kartoffelstärke in den Mixtopf geben, **10 Sek./Stufe 5** verrühren, anstelle des Messbechers Gareinsatz als Spritzschutz auf den Mixtopfdeckel stellen und **10 Min./100°C/Stufe 2** einkochen. Chicken Drums mit Malzbier-Dip warm oder kalt servieren.



Arbeitszeit:
10 Min.



Gesamtzeit:
1 Std. 30 Min.



16
16 Stück



mittel



Pro Stück: Eiweiß 9 g
Kohlenhydrate 4 g / Fett 10 g
Brennwert 592 kJ/141 kcal