



Gegrillte Hähnchenflügel mit Paprikasalsa

Zeit gesamt
🕒 30min

Zubereitungszeit
👉 30min

Schwierigkeit
👨‍🍳 Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Knoblauchzehen	2 St.
Olivenöl	6 EL
Chili, gemahlen	0.25 TL
Paprika, edelsüß	2 TL
Hähnchenflügel	600 g
Paprika, rot	1 St.
Zwiebeln, rot	1 St.
Barbecuesauce	100 ml
Salz	
Pfeffer, schwarz	
Essig	1 EL

Zubereitung



Küchenutensilien

mittlere Schüssel, kleine Pfanne, Grill

1. Knoblauch schälen, hacken und in einer Schüssel mit 5 EL Öl, Chili und Paprikapulver vermengen. Hähnchenflügel waschen, trocken tupfen und in der Schüssel marinieren. Am besten über Nacht im Kühlschrank abgedeckt ziehen lassen.
2. Paprika waschen, Strunk und Kerne entfernen und fein hacken. Zwiebel halbieren, schälen und ebenfalls fein hacken.
3. In einer Pfanne Öl auf hoher Stufe erhitzen und Paprika mit Zwiebel ca. 2 Min. anbraten. Mit Barbecuesauce ablöschen und mit Salz, Pfeffer und Essig abschmecken.
4. Hähnchenflügel abtropfen lassen, Marinade auffangen und auf dem Grill ca. 12 Min. grillen. Dabei immer wieder etwas mit Marinade bepinseln. Gegrillte Hähnchenflügel mit Paprikasalsa servieren.

Guten Appetit!

Tipp: Du kannst die Hähnchenflügel auch in der Pfanne zubereiten. Am besten gelingen sie, wenn du die Hähnchenflügel ca. 5 Min. goldbraun anbrätst und anschließend bei 180 °C (Umluft) im Ofen gar ziehen lässt.

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	462 kcal
Kohlenhydrate	19 g
Eiweiß	28 g
Ballaststoffe	3 g
Fette	30 g