

# Marinierte Hähnchenflügel [Chicken Wings] mit Mischsalat



## Zutaten für vier Personen:

8 Stück Hähnchenflügel

### Marinade für Hähnchenflügel:

4 EL Hot Chili Sauce (Heinz)

2 Knoblauchzehen

1 EL Aceto Balsamico

1,5 EL Honig

ein knapper TL Salz

frisch gemahlener Pfeffer

einige Spritzer Tabasco-Sauce

3 EL neutrales Öl

### Blue-Cheese-Dip:

250 g Bavaria Blue

125 ml saure Sahne

6 EL Mayonnaise

6 EL Milch

Salz, Pfeffer aus der Mühle

### Mischsalat:

150 g Mischsalat

Salz, Pfeffer aus der Mühle

1 Prise Zucker

2 EL Estragonessig,  
ersatzweise Weißweinessig

1/2 TL Senf

6 EL Olivenöl

### Zubereitung:

1. Bei den Hähnchenflügeln die Spitzen abschneiden und wegwerfen, den Rest im Gelenk teilen, waschen, trocknen.

2. Marinade rühren und Hähnchenflügel für mindestens 30 Minuten, besser 120 Minuten in die Marinade geben.

3. Backofen auf 180° vorheizen.

4. Eine Chromstahl-Form mit Alufolie auskleiden und die marinierten Hähnchenflügel-Teile hineingeben. 50-60 Minuten bei 180° im Backofen garen.

5. Blue-Cheese-Dip cremig rühren.

### Hinweise:

Für Vorspeise oder Zwischengericht pro Person 3-4 Hähnchenflügelhälften rechnen; als Hauptspeise 6-8 Stück.

Dazu Blue-Cheese-Dip und eventuell Guacamole sowie Hot Chili Sauce reichen.

### Schlagworte:

mittel, Zubereitung ca. 20 min, Gesamtzeit ca. 120 min, Vorspeisen, kleine Gerichte, Fleisch, Geflügel, Huhn, amerikanisch

Rezept und Foto: Walter  
Stand 11.01.2023