

# Maispuffer mit Pollo fino und Barbecue-Soße

## Für zwei Personen

### Für die Maispuffer:

1 Ei	300 g Mais	25 g Maisgrieß (Polenta)
60 g Mehl	1 Bund glatte Petersilie	$\frac{1}{2}$ TL Backpulver
3 EL Pflanzenöl	$\frac{1}{2}$ TL Salz	

### Für das Pollo Fino:

4 Maishähnchen-Keulen, ausgelöst	2 EL Pflanzenöl	Salz, Pfeffer
----------------------------------	-----------------	---------------

### Für die Barbecue-Sauce:

1 Knoblauchzehe	175 ml klarer Apfelsaft	125 ml Tomatenketchup
3 EL Apfelessig	2 TL Sojasauce	1 TL Worcestershiresauce
1 TL Zuckerrüben-Melasse	$\frac{1}{2}$ TL Chilipulver	$\frac{1}{4}$ TL schwarzer Pfeffer
Speisestärke		

### Für die Maispuffer:

180 ml Wasser mit dem Salz zum Kochen bringen. Maisgrieß einrieseln lassen und unter ständigem Rühren bei mittlerer Hitze weiterkochen bis ein dicker Brei entsteht. Polenta abkühlen lassen bis diese lauwarm ist.

Zwei Stängel Petersilie für die Garnitur zurückhalten. Petersilie waschen, trockenwedeln, zupfen und grob hacken. Mehl und Backpulver vermengen und zusammen mit dem Ei nach und nach in die Polenta einrühren. Petersilie unterheben. Mais gut abtropfen und ebenfalls unterheben. Öl in einer Pfanne erhitzen. Puffer mit Hilfe eines Löffels in die Pfanne geben und etwas flach drücken. Puffer je Seite ca. 4 Minuten goldbraun braten. Herausnehmen, auf Küchenpapier abtropfen und lauwarm servieren.

### Für das Pollo Fino:

Die Keulen ggf. auslösen. Fleisch mit Salz und Pfeffer würzen. Öl in einer Pfanne erhitzen und zunächst auf der Hautseite braten bis die Haut knusprig ist.

### Für die Barbecue-Sauce:

Alle Zutaten in einen kleinen Topf geben und vermischen. Das Ganze bei mittlerer Hitze einige Minuten einkochen lassen. Sauce nach Belieben mit etwas Speisestärke bis zur gewünschten Konsistenz abbinden.

Anschließend vom Herd nehmen und abkühlen lassen. Zum Servieren in kleine Schälchen füllen.

Paul Pfahlert am 10. Juli 2023