

Chicken Wings Honey Mustard

Für 2 Personen:

1 kg Hähnchen-Flügel	1 Msp. Gewürzsalz	1 Msp. Pfeffermix
1 Msp. Wokgewürz	1 Msp. Würzkraft	2 EL Mehl
1 1 L Rapsöl	2 Knoblauchzehen	2 EL Butter
3 EL grober Senf	4-5 EL Honig	4 EL Apfelessig
1 Spur Sojasauce		

Chicken Wings im Gelenk zerteilen und in eine Schüssel geben. Mit Gewürzsalz, Pfeffermix, Wokgewürz und Würzkraft würzen und alles einmal durchmischen. Dann mit Mehl bestäuben und alles nochmals durchmengen.

Öl in einem Wok erhitzen und die Chicken Wings im heißen Öl frittieren.

In der Zwischenzeit für die Marinade Knoblauch in Scheiben schneiden und anschließend hacken. Butter in einem Topf erhitzen, Knoblauch dazugeben und in der Butter rösten. Senf dazugeben und ebenfalls kurz anrösten. Dann den Honig dazugeben und alles gut verrühren. Apfelessig dazugießen und alles leicht köcheln lassen, bis eine sämige Konsistenz entstanden ist. Dann Sojasauce dazugießen, alles verrühren und den Topf von der Hitze nehmen.

Chicken Wings aus dem Öl nehmen. Wenn sich das Fleisch gut vom Knochen löst und nicht mehr rosa ist, sind die Chicken Wings fertig. Chicken Wings auf Küchenpapier abtropfen lassen und anschließend in eine Schüssel geben.

Marinade gegebenenfalls abschmecken, über den Chicken Wings verteilen und alles einmal gut durchschwenken. Anrichten und servieren.

Steffen Henssler am 11. April 2023