Rezept

Hähnchenkeulen vom Blech

Ein Rezept von Hähnchenkeulen vom Blech, am 12.10.2024

Zutaten

- **8** kleine Hähnchenkeulen (nur Unter- oder Oberschenkel)
- **1** getrocknete Chilischote
- **1 EL** Zitronen- oder Limettensaft
- **2 TL** Tomatenmark
- **2** Knoblauchzehen
- **100 g** stückige Tomaten (aus der Dose)
- **1 TL** getrockneter Thymian
- **2 TL** Honig
- Salz

Rezeptinfos

Portionsgröße Zutaten für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 440 kcal

Zubereitung

1. Backofen auf 220 Grad vorheizen (auch schon jetzt einschalten: Umluft 200 Grad). Ein Backblech mit Backpapier auslegen.

2. Die Hähnchenkeulen abbrausen und trocken tupfen. Den Knoblauch schälen und grob schneiden.

3. Die Tomaten mit Knoblauch, Chili, Thymian, Zitrussaft, Honig und dem Tomatenmark mit einem Pürierstab fein pürieren, mit Salz würzen. Die Hähnchenkeulen damit einpinseln und nebeneinander auf das Blech legen.

4. Hähnchenkeulen im Ofen (Mitte) etwa 30 Minuten backen, bis sie knusprig und gar sind. Dabei einmal wenden und mit der Sauce bepinseln. Garprobe machen.