

Rezept

Hähnchenkeulen mit Knusperkruste

Ein Rezept von Hähnchenkeulen mit Knusperkruste, am 11.06.2026

Zutaten

- | | |
|--|---|
| 2 Hähnchenkeulen (à ca. 250 g, vom Metzger in 2 Teile schneiden lassen) | 1 Stück frischer Ingwer (ca. 3 cm) |
| 1 EL frisch gepresster Zitronensaft | 1 Knoblauchzehe |
| je 1/4 TL Chili- und Kurkumapulver | 3 EL neutrales Pflanzenöl |
| grob gemahlener schwarzer Pfeffer | Salz |
| 5 EL Semmelbrösel | 1 Ei (Größe M) |
| 2 EL Butter | 1 TL gemahlener Kreuzkümmel |

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 540 kcal

Zubereitung

1. Die Haut von den Keulen abziehen und abschneiden. Das Fett ebenfalls entfernen. Die Keulen mit einem Messer rundum mehrmals einstechen. Ingwer und Knoblauch schälen. Den Ingwer fein hacken, den Knoblauch durchpressen. Beides mit Zitronensaft, 1 EL Öl, Chili- und Kurkumapulver, Salz und Pfeffer mischen. Die Keulen mit der Würzmischung einreiben und zugedeckt im Kühlschrank 5 Std. marinieren.
2. Den Backofen auf 225° vorheizen. Ein Backblech mit dem restlichen Öl bestreichen. Das Ei in einem tiefen Teller verquirlen. Die Semmelbrösel in einem zweiten Teller mit Kreuzkümmel und 1/4 TL grob gemahlenem Pfeffer mischen. Die Keulen erst in den Semmelbröseln, dann im Ei und zuletzt nochmals in den Bröseln wenden. Die Brösel gut andrücken. Die Keulen aufs Blech legen und im Ofen (oben, Umluft nicht empfehlenswert) 15 Min. garen.
3. Die Butter schmelzen. Die Keulen damit beträufeln und in weiteren 20-25 Min. goldbraun braten. Heiß, nach Wunsch mit Raita oder Joghurt, servieren.