

Rezept

# Hähnchenkeulen mit Sesamzwiebeln

Ein Rezept von Hähnchenkeulen mit Sesamzwiebeln, am 28.06.2026

## Zutaten

<b>1 EL</b> Honig	<b>2 EL</b> Sojasauce
<b>4 EL</b> Öl	<b>2 EL</b> Thai-Chilisauce
<b>1 EL</b> Currypulver	<b>8 ca. 1 kg</b> Hähnchen-Unterkeulen (»Drumsticks«)
<b>4</b> Zwiebeln	<b>2-3 EL</b> Sesamsamen
<b>600 g</b> längliche, festkochende Kartoffeln	Salz
Backblech	Alufolie

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 675 kcal

## Zubereitung

1. Ein Backblech mit Alufolie auslegen. In einer großen Schüssel den Honig mit der Sojasauce, 2 EL Öl, Thai-Chilisauce und dem Currypulver verrühren. Die Hähnchen-Unterkeulen kalt abwaschen und trocken tupfen, mit einem scharfen Messer mehrmals einschneiden, damit sie schneller gar werden. In der Marinade wenden und auf dem Blech verteilen.
2. Den Backofen auf 225° vorheizen. Die Zwiebeln schälen und halbieren. Mit den Schnittflächen in den Sesam drücken und auf das Blech legen.
3. Die Kartoffeln schälen und längs vierteln oder achteln. Im restlichen Öl wenden, salzen und ebenfalls auf das Blech geben. Das Blech in den vorgeheizten Ofen (Mitte) schieben und alles ca. 30 Min. garen.