

UNGARISCHE CHICKEN WINGS



Für 1 Person

Vorbereitungszeit

2 Minuten

Kochzeit

0 Minuten aktiv, 35 Minuten passiv

Menukosten ca.

Chf. 2.20

Nährwert pro Rezept

189 Kcal, 6 g Fett, 0 g KH

Zutaten

150 g Pouletflügeli

4 g RedLine Ungarisch

12 g Wasser

1 g Sonnenblumenöl

1

Fleisch in einem Beutel Marinieren
ca. 15 - 120 Min. ziehen lassen
bei 180° im Ofen ca 35 Min. garen

Tipp:

Fleisch kann bis zu 2 Tagen in der Marinade liegen