



Boneless Chicken Thighs mit Mango Salsa und Cornbread (4 Personen)

Zutaten

4 Hähnchenschenkel
BBQ-Rub nach Wahl

60g Butter
250ml Buttermilch
1 EL Honig
1 Ei (Größe M)
200g Maismehl
120g Weizenmehl
2 EL brauner Zucker
1 EL Backpulver
Etwas Salz

2 reife Mangos
3 kleine Tomaten
1 rote Paprika
1 rote Zwiebel
1 grüne Chili oder Jalapeno
1 Limette
1/2 Bund Koriandergrün
1/2 Bund glatte Petersilie
Salz und Pfeffer

Zubereitung - Salsa

Die Mangos schälen, Tomaten und Paprika halbieren, entkernen und waschen, die Zwiebel schälen und grob vierteln.

Mangos, Tomaten, Paprika und Zwiebel für etwa 10 bis 15 Minuten bei ca. 120° im Smoker räuchern. In der Zwischenzeit die Chili halbieren und in kleine Würfel schneiden. Die Limette auspressen, die Kräuter waschen und grob hacken.

Die geräucherte Mango vom Kern befreien und in kleine Würfel schneiden. Die Tomaten und den Paprika ebenfalls klein würfeln. Zuletzt die Zwiebeln in dünne Scheiben schneiden.

Nun alle Zutaten vermengen, mit dem Limettensaft sowie etwas Salz und Pfeffer abschmecken und nochmals 10 bis 15 Minuten ziehen lassen.



Folgt uns auf unseren
Social-Media-Kanälen
für Neuigkeiten!





Zubereitung - Cornbread

Die Butter schmelzen und mit der Buttermilch, dem Ei und dem Honig verrühren.

Danach die beiden Mehlsorten, den Zucker, das Backpulver sowie einer Prise Salz vermengen und zu der Butter-Ei Mischung geben und zu einem glatten Teig rühren.

Eine Backform oder eine Gusspfanne (ca. 30cm Durchmesser) einfetten und den Teig einfüllen. Nun bei 160° bis 180° für ca. 30 Minuten backen. Danach das Brot für mind. 15 Minuten in der Pfanne auskühlen lassen und danach entnehmen.

Zubereitung - Chicken

Die Hähnchenschenkel vom Knochen lösen.

Hierzu vorsichtig auf dem Knochen entlang schneiden bis dieser von oben zu erkennen ist. Danach vorsichtig rechts und links vom Knochen schneiden und danach mit dem Messer unterhalb des Knochens entlangfahren und den Knochen entnehmen.

Nun die Hähnchenschenkel von beiden Seiten mit dem BBQ-Rub würzen und bei 160° bis 180° C auf dem Smoker für ca. 35 bis 45 Minuten garen. Wer möchte kann die Hähnchenschenkel nach 30 Minuten mit einer BBQ-Soße nach Wahl noch etwas glasieren bzw. noch mit Chiliflocken und Tabasco in hot Chicken verwandeln.



Folgt uns auf unseren
Social-Media-Kanälen
für Neuigkeiten!

