

Spicy Chicken Wings



Zutaten für Marinade (Öl bis Cayennepfeffer) in eine Schüssel geben, gut mischen.

Knoblauch dazu pressen

Pouletflügel in die Marinade legen, mischen und zugedeckt ca. 30 Min. marinieren, salzen

Auf ein mit Backpapier belegtes Blech geben und in der Ofenmitte bei 200 °C 20-30 Min backen.

MARINADE

1 EL Öl

3 EL Ketchup

1 EL Zitronensaft

1 EL Aceto balsamico

1 halber EL Honig

1 KL Rohzucker

1 halber KL Paprika

3 Msp Cayennepfeffer

1 Knoblauchzehe

12 Pouletflügel oder Ailerons

wenig Salz