

Hot Chicken Wings mit Avocado-Dip und Pommes



Zutaten für 2 Personen

| | | | |
|-------|-----------------------------------|------|----------------|
| 8 | Hähnchenflügel | 500g | Kartoffeln |
| | Chilipulver | 1 | Knoblauchzehe, |
| | Salz, Pfeffer | | zerdrückt |
| 2 EL | hitzebeständiges, neutrales Öl | 1EL | Olivöl |
| 1-2 | reife Avocado(s) | | |
| 1 | Knoblauchzehe | | |
| 2 EL | frischer Limettensaft | | |
| 1 kl. | Tomate | | |
| | Salz | | |

Gewürze in einer Schüssel mit Öl vermischen. Hähnchenflügel im Gelenk teilen. In die Schüssel geben und mit Gewürzpaste einmassieren. Mindestens drei Stunden marinieren.

Kartoffeln schälen, in Stifte schneiden und gründlich mit zerdrückter Knoblauchzehe und Öl mischen.

Die Chicken Wings auf ein Backblech geben und im vorgeheizten Backofen bei 200°C etwa 20 bis 25 Minuten (je nach Flügelgröße) garen.

Die Pommes parallel für gute 20 Minuten bei 200°C in den Airfryer geben (oder in den Backofen).

In der Zwischenzeit Knoblauch fein reiben und mit Avocado und Limettensaft verrühren. Mit Salz abschmecken. Tomate fein würfeln und unterrühren.

Sind die Pommes goldbraun und die Hähnchenflügel gar, alles gemeinsam anrichten.

Und jetzt, genießen! Guten Appetit!

Auch lecker: Hähnchenflügel mit der Lieblings BBQ-Sauce marinieren und garen.

Stautenhof
MEIN BIOHOF