

Hähnchenkeulen vom Grill

Bei diesen Hähnchenkeulen vom Grill werden Hähnchenschenkel vor dem Grillen auf dem Holzkohलगrill, Elektrogrill, Gas Grill oder unter dem zugeschalteten Grill im Backofen mit einer klassisch gewürzten Ölmarinade eingerieben und zum Durchziehen mindestens über Nacht im Kühlschrank gelagert. Hähnchenschenkel auf diese Art mariniert gehören bei Jung und Alt zu den wohl beliebtesten gegrillten Hähnchenteilen.

Zutaten: für 4 Stück

4 Hähnchenkeulen mit Haut
(à ca. 225 g mit Knochen)
Salz und Pfeffer zum Einreiben

Für die Grillmarinade:

6 EL Pflanzenöl
Etwas Salz
2 gehäufte TL Paprikapulver mild
1 gestrichener TL Paprika scharf
1 zerquetschte Knoblauchzehe
1 EL trockener Sherry oder
Trockener Wermut Noilly Prat
1 gestrichener TL Zucker

Zubereitung:

Für die Zubereitung der **Hähnchenkeulen vom Grill** sollten die unter kaltem Wasser abgewaschenen, trocken getupften Hähnchenkeulen zuerst ringsum mit Salz und Pfeffer eingerieben werden. So vorbereitet für eine Stunde im Kühlschrank ruhen lassen.

Für die Hähnchen Marinade:

Pflanzenöl mit den oben genannten Zutaten und Gewürzen zu einer Marinade vermischen. Eine flache Form (Auflaufform oder dergleichen) bereit stellen. Die Hähnchenkeulen in die Form legen und mit der Marinade begießen. Danach die Hähnchenkeulen ringsum mit der Ölmarinade bestreichen und abgedeckt für 24 Stunden oder wenigstens über Nacht im Kühlschrank durch ziehen lassen.

Zum Grillen:

Den bevorzugten Grill vorbereiten und aufheizen. Die Hähnchenkeulen auf den heißen Grillrost zunächst etwas mehr auf der Seite vom Holzkohलगrill legen und unter mehrfachem Wenden je nach Hitze etwa 25 – 30 Minuten durchbraten.

Wobei man diesen Vorgang auch etwas beschleunigen kann, wenn man die Keule zwischen dem Gelenk dazwischen etwa zur knappen Hälfte entweder mit einem Messer oder der Geflügelschere einschneidet (siehe Foto hintere Keule).

Nachdem das Hähnchenfleisch gut durchgegart ist, die Hähnchenkeulen bei größerer Hitze auf beiden Seiten knusprig grillen.

Im Backofen legt man die marinierten Hähnchenkeulen samt der am Boden angesammelten Marinade darüber zunächst in die Fettpfanne oder Backblech vom Backofen und lässt sie bei 200 ° C mit Ober/Unterhitze unter zweimaligem Wenden insgesamt etwa 25 - 30 Minuten braten. Danach den Backofenrost über die Fettpfanne einschieben, die Hähnchenkeulen auf den Rost darüber legen und mit zugeschaltetem Grill auf beiden Seiten (dabei das Ganze beobachten) knusprig goldbraun grillen.

Kalorienangaben



Eine Hähnchenkeule vom Grill (ca. 165 g ohne Knochen) enthalten ca. 390 kcal und ca. 24 g Fett