



## Rub für Drumsticks

### Zutaten

- 4 TL MAGGI Hühner Brühe
- 2 TL Paprikapulver edelsüß
- 3 TL Curry
- 2 TL schwarzer Pfeffer
- 2 TL Koriander, gemahlen
- 2 TL Knoblauchpulver
- 8 Stück Hähnchenunterkeulen
- 1 EL THOMY Reines Sonnenblumenöl

### Zubereitung

1. Für den Rub: MAGGI Hühner Brühe, Paprikapulver, Curry, Pfeffer, Koriander und Knoblauchpulver mischen.
2. Hähnchenunterkeulen (Drumsticks) waschen, sehr gut trocken tupfen und rund um den Knöchel die Haut einschneiden. Den Rub auf dem Fleisch großzügig verteilen, dabei gleichmäßig und durchgehend auftragen und leicht einmassieren.
3. Die Fleischstücke mit Frischhaltefolie umwickeln und mind. 4 Stunden, am besten über Nacht, im Kühlschrank ruhen lassen. Drumsticks dünn mit THOMY Reines Sonnenblumenöl bepinseln. Dann wie gewohnt grillen oder im Backofen bei 180°C Umluft auf der mittleren Einschubleiste ca. 45 Min. backen. Dabei nach 20 Min. wenden.

### Nährwert-Anzeige

Kohlenhydrate	3 g
Energie	225 kcal
Fett	17 g
Protein	16 g

🕒 15 Minuten

⊕ 8 Stück