

Hähnchen-Schenkel aus der Heißluft-Fritteuse

Für 4 Portionen

2 Hähnchen-Schenkel	3 EL Olivenöl	2 EL Sojasauce
1 EL Zitronensaft	1 TL Paprikapulver	1/2 TL Knoblauchpulver
1/2 TL Salz	1/2 TL schwarzer Pfeffer	1/4 TL Chiliflocken
Rosmarin, Thymian		

Die Zutaten in einer Schüssel mischen und die Hähnchen-Schenkel von allen Seiten damit gründlich einreiben.

Dies sollte am Vortag geschehen.

Die Heißluft-Fritteuse auf 180°C vorheizen.

Hähnchen-Schenkel mit der Hautseite nach oben in den Frittierkorb legen und bei 180°C 20-25 Minuten garen, bis die Haut schön knusprig ist.

Dabei sollte eine Kerntemperatur von 76°C erreicht sein.

Nach der Hälfte der Garzeit die Schenkel wenden und am Ende wieder mit der Hautseite nach oben.

NN am 24. Februar 2026