AUFWAND	KOCHDAUER	SAISON	HERKUNFT
klein	30 Min.	ganzjährig	Schweiz

POULETFLÜGELI AUS DER PFANNE



KURZ VORGESTELLT

Seine Hausgeriche perfektionieren, das ist wirklich kochen. Selber mariniertes Poulet schmeckt anders, viel besser. Die Flügeli mit frischem Knoblauch duften fein. (+2 Std. im Kühlschrank ruhen lassen)

ZUTATEN (4 PERSONEN)

1 Zehe	Knoblauch	6 EL	Olivenöl
0.5 Bd	Rosmarin	24	Pouletflügeli
1 TL	Mildes Paprikapulver	2 EL	Öl zum Braten
1 TL	Scharfes Paprikapulver		Salz, Pfeffer aus der Mühle

ZUBEREITUNG

1. Knoblauch und Rosmarin fein schneiden und im Mörser verreiben. Die beiden Paprikapulver und etwas Salz zugeben und alles mit dem Olivenöl mischen. Die Flügeli damit marinieren. An der Kühle ca. 2 Std. ruhen lassen.
2. Zimmertemperatur annehmen lassen.
3. In einer grossen Bratpfanne im Öl knusprig brutzen. Pouletflügeli in der warmen Pfanne 5 Min. zugedeckt durchziehen lassen.
4. Mit Pfeffer und Salz abschmecken und warm servieren.

Rezept: Tine Giacobbo. Jetzt müsst ihr selber kochen. Echtzeit 2016 - Foto: compactcook.com