KIKKOMAN

Knusprige Erdnussbutter-Hähnchenkeulen

Gesamtzeit **60 Min.** **15 Min.** Vorbereitungszeit **45 Min.** Kochzeit

ZUTATEN

2 Portion(en)

4	Hähnchen-Oberschenkel, mit oder ohne Knochen (zusammen 500 – 600 g)
4 EL	Pflanzenöl
75 g	crunchy Erdnusscreme
6 EL	Kikkoman Teriyaki Wok Sauce mit geröstetem Sesam
4 EL	Kikkoman Panko - Knuspriges Paniermehl nach japanischer Art
2	rote Zwiebeln
1	kleine rote Paprika
1	kleine gelbe Paprika
250 g	Brokkoliröschen

ZUBEREITUNG

Schritt 1

4 Hähnchen-Oberschenkel, mit oder ohne Knochen (zusammen 500 – 600 g) - **2 EL** Pflanzenöl
Hähnchenkeulen in einem Wok mit einem Schuss Öl mit der Hautseite nach unten bei mittlerer Hitze 20 Min. braten. Wenden und weitere 5 Min. braten.

Schritt 2

75 g crunchy Erdnusscreme - **6 EL** Kikkoman Teriyaki Wok Sauce mit geröstetem Sesam **4 EL** Kikkoman Panko - Knuspriges Paniermehl nach japanischer Art
Backofen auf 220 °C Umluftgrillen vorheizen. Erdnusscreme und Kikkoman Teriyaki Wok Sauce Sesam verrühren. Hähnchenkeulen in eine ofenfeste Form legen, mit Teriyaki-Erdnusscreme bestreichen und mit Kikkoman Panko bestreuen. Das Bratfett aus dem Wok über die Brösel träufeln.

Schritt 3

2 rote Zwiebeln - **1** kleine rote Paprika - **1** kleine gelbe Paprika
Zwiebeln schälen und in Spalten schneiden, sodass der Wurzelansatz die Zwiebelstücke zusammenhält. Paprika in 3 cm große Stücke schneiden.

Schritt 4

2 EL Pflanzenöl - **250 g** Brokkoliröschen - **4 EL** Kikkoman Teriyaki Wok Sauce mit geröstetem Sesam
Zwiebeln und Paprika mit 2 EL Pflanzenöl in den Wok geben, bei mittlerer Hitze 5 Min. braten. Brokkoli zugeben und weitere 5 Min. fertig garen. Mit Kikkoman Teriyaki Wok Sauce Sesam kurz glasieren.

Schritt 5

Hähnchenkeulen – am besten schon, während das Gemüse brät – auf der zweiten Schiene von oben in den Ofen schieben, goldbraun gratinieren. Das dauert je nach Ofen 4 bis 6 Min. Sobald die Brösel zu bräunen beginnen, werden sie auch schnell schwarz – also nicht aus den Augen lassen! Die Hähnchenkeulen mit dem Gemüse anrichten.