



Buffalo-Wings mit Ofenpommes und Cheddarsauce

dazu ein erfrischender Tomaten-Gurken-Salat



ca. 40min



2 Personen

Buffalo Chicken Wings sind in Buffalo, New York seit den 70er-Jahren „hot“, und das nicht nur wegen der köstlich-pikanten Sauce! Wer sich schon einmal im Kreise seiner Freunde durch einen Berg der saftigen, klebrigen Flügelchen gegessen hat, weiß, warum. Heute werden die Wings im Ofen zubereitet und mit gebackenen Pommes, Cheddarsauce und würzigem Tomaten-Gurken-Salat serviert. Garantiert kein One-Hit-Wonder!

Was du von uns bekommst

- 1 Pck. Hähnchenoberflügel
- 1 Pck. festkochende Kartoffeln
- 2 Pck. Sriracha-Sauce
- 75g geriebener Cheddar ²
- 1 Gurke
- 1 Tomate
- 100g gemischter Salat

Was du zu Hause benötigst

- 150ml Milch ²
- 2EL Butter ²
- 2EL Weizenmehl ¹
- 1TL Senf ³
- Salz und Pfeffer
- Zucker
- Olivenöl
- Essig

Küchenutensilien

- Backofen
- 2 Backbleche und Backpapier
- kleiner Topf
- Messbecher
- Schneebesen

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

Allergene

Gluten (1), Milch (2), Senf (3). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

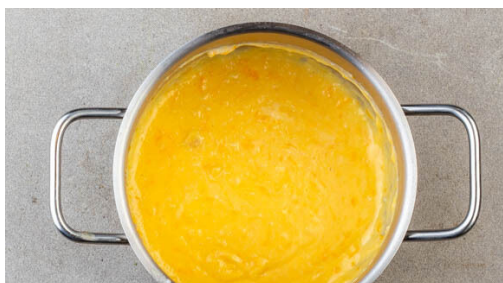
Nährwertangaben pro Portion

Energie 890kcal, Fett 53.2g, Kohlenhydrate 58.6g, Eiweiß 44.0g



1. Fleisch backen

Den Backofen auf 240°C (220°C Umluft) vorheizen. Das **Fleisch** trocken tupfen und mit 1EL Olivenöl, je 1 kräftigen Prise Salz und Pfeffer, 1 Prise Zucker und 1EL Mehl einreiben. Das **Fleisch** auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech verteilen und im oberen Drittel des Ofens in 35-40Min. knusprig und gar backen.



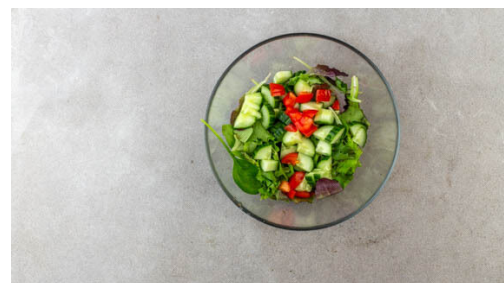
4. Käsesauce zubereiten

Im Topf 1EL Butter bei niedriger Hitze schmelzen, 1EL Mehl zugeben und unter ständigem Rühren in ca. 1Min. leicht gebräunt anbraten. Schluckweise mit einem Schneebesen 150ml Milch einrühren, dabei bei mittlerer Hitze langsam zum Kochen bringen. Die Hitze reduzieren und 2-3Min. köcheln lassen. Den **Käse** und je 1 kräftige Prise Salz und Pfeffer einrühren. Auf niedrigster Stufe warm halten.



2. Pommes backen

Die **Kartoffeln samt Schale** in ca. 1cm breite, pommesartige Stifte schneiden und auf einem zweiten mit Backpapier ausgelegten Backblech mit 1EL Olivenöl und je 1 kräftigen Prise Salz und Pfeffer würzen. In der Mitte des Backofens unter dem **Fleisch** platzieren und in 25-30Min. goldbraun und knusprig backen.



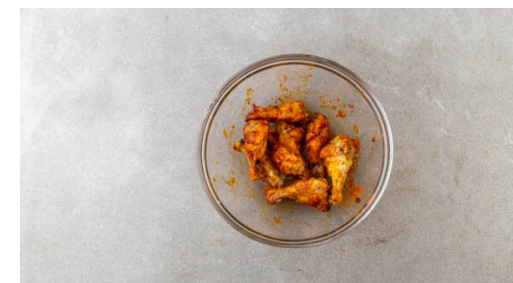
5. Salat zubereiten

1EL Olivenöl mit 1EL Essig, 1TL Senf und je 1 kräftige Prise Salz und Pfeffer zu einem **Dressing** verrühren. Die **Gurke** längs vierteln und in ca. 0,5cm dünne Scheiben schneiden. Die **Tomate** in kleine Würfel schneiden. Die **Gurken**, die **Tomaten** und den **Salat** mit dem **Dressing** vermengen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.



3. Buffalo-Sauce zubereiten

1EL Butter in einem kleinen Topf schmelzen und die **Sriracha-Sauce**, ½TL Zucker und je 1 Prise Salz und Pfeffer einrühren. **Tipp:** Wer es nicht so scharf mag, verwendet weniger **Sriracha-Sauce**. Die **Buffalo-Sauce** in eine Schüssel geben und beiseitestellen. Den Topf auswaschen.



6. Fleisch verfeinern

Das **Fleisch** gleichmäßig mit der **Buffalo-Sauce** überziehen. Das **Fleisch** mit den **Pommes** und dem **Salat** anrichten und mit der **Käsesauce** als **Dip** servieren.