



## Drumsticks mit Blauschimmel-Joghurt-Dip

dazu Kartoffeln und Apfel-Karotten-Salat



30-40min



3-4 Personen

Hähnchen, Kartoffeln, Salat. Na, schon überzeugt? Wer jetzt schon „Hier!“ gerufen hat, darf sich gemütlich zurücklehnen oder schon mal den Ofen anwerfen. Die Zweifler kriegen wir aber auch noch: Die Drumsticks erfahren eine pikante Cajun-Abreibung, im Salat vereinen sich Apfel, Karotte und Sellerie mit einem zitronig-frischen Dressing, und als Begleitung präsentiert sich der Joghurtdip mit zauberhaftem Blauton. Na also ...



- 2 Packungen Hähnchendrumsticks
- 2 Päckchen Cajun-Gewürzmischung <sup>10</sup>
- 1kg festkochende Kartoffeln
- 2 Packungen Blauschimmelkäse

7

- 2 Packungen Hähnchendrumsticks
- 2 Päckchen Cajun-Gewürzmischung <sup>10</sup>
- 1kg festkochende Kartoffeln
- 2 Packungen Blauschimmelkäse <sup>7</sup>
- 2 Becher Joghurt <sup>7</sup>
- 1 unbehandelte Zitrone
- 2 Äpfel
- 2 Karotten
- 2 Stangensellerie <sup>9</sup>

- 1-2EL Weizenmehl <sup>1</sup>
- Salz und schwarzer Pfeffer
- Zucker
- Pflanzenöl

- Backofen mit Grillfunktion
- Backblech und Backpapier
- Auflaufform oder Backblech
- Sparschäler
- Küchenreibe
- Zitronenpresse

## Allergene

### Nährwertangaben pro Portion

Energie 851kcal, Fett 40.8g,  
Kohlenhydrate 65.5g, Eiweiß 54.5g



Den Backofen auf 220°C Umluft (240°C Ober-/Unterhitze) vorheizen. Die **Gewürzmischung** mit 1-2EL Mehl sowie je 1 kräftigen Prise Salz und Pfeffer verrühren. Die **Drumsticks** gut mit etwas Küchenkrepp trocken tupfen, dann rundum mit 2EL Pflanzenöl einreiben und in der **Mehlmischung** wenden. **Übrige Mehlmischung** aufbewahren.

Ca. **3/4 des Käses** zerkrümeln und mit dem **Joghurt** verrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. **Tipp:** Wer mag, kann auch mehr **Blauschimmelkäse** verwenden.



Die **Kartoffeln samt Schale** in ca. 1cm breite Spalten schneiden. Auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech mit 2-3EL Pflanzenöl sowie je 1 Prise Salz und Pfeffer vermengen, gleichmäßig verteilen und 20-25Min. im Ofen goldbraun und knusprig rösten.



Die **Äpfel** vierteln, entkernen und mit einer Küchenreibe grob raspeln. Die **Karotten** schälen und ebenfalls grob raspeln. Den **Sellerie** in feine Scheiben schneiden. Die **Zitronenschale** abreiben und die **Zitrone** auspressen. Den **Zitronensaft** und **-abrieb** mit 1-2TL Zucker, 1/2TL Salz und 1 Prise Pfeffer verrühren. Die **Karotten**, den **Apfel** und den **Sellerie** untermengen.



Die **Drumsticks** in eine Auflaufform oder auf ein zweites Backblech legen, mit der **übrigen Mehlmischung** bestreuen, mit 1-2EL Pflanzenöl beträufeln und ca. 25Min. im Ofen backen, bis das **Fleisch** durch ist. Nach der Hälfte der Zeit die Drumsticks wenden.



Die gegarten **Kartoffeln** aus dem Ofen nehmen und den Ofen auf 250°C mit Grillfunktion umschalten. Die **Drumsticks** noch ca. 5Min. im Ofen lassen, bis die Haut schön knusprig ist. Mit den **Kartoffeln**, dem **Salat** und dem **Blauschimmel-Joghurt-Dip** anrichten und servieren.