

# BBQ-Pouletkeule mit Butter-Maiskolben Ofendrillingen und smoky Dip

30 – 40 Minuten • 2976 kj/711 kcal • Tag 3 kochen

24



Poulet Schenkel



Drillinge



BBQ-Sauce



Gewürzmischung  
"Smoky BBQ"



Sriracha Sauce



Naturjoghurt



Frühlingszwiebel



Zuckermais



Kräuterbutter



- Ohne künstliche Farbstoffe  
- Ohne künstliche Aromen  
- Ohne hinzugefügte Glutamate

Gut, im Haus zu haben

Honig\*, Öl\*, Salz\*, Pfeffer\*

# Los geht's

Wasche das Gemüse ab und tupfe das Fleisch mit Küchenpapier trocken.

Heize den Backofen auf 220 °C Ober-/Unterhitze (200 °C Umluft) vor.

## Was Du benötigst

1 Aluminiumfolie, 1 Backblech mit Backpapier und 1 kleine Schüssel.

## Zutaten 2 | 4 Personen

	2P	4P
Poulet Schenkel	2 x 250 g	4 x 250 g
Drillinge	1 x 400 g	1 x 800 g
BBQ-Sauce <b>3) 4)</b>	1 x 20 ml	2 x 20 ml
Gewürzmischung "Smoky BBQ"	1 x 1 g	1 x 2 g
Sriracha Sauce	1 x 8 ml	1 x 15 ml
Naturjoghurt <b>5)</b>	1 x 100 g	1 x 200 g
Frühlingszwiebel	1 x 35 g	2 x 35 g
Zuckermais	1 x 400 g	2 x 400 g
Kräuterbutter <b>5)</b>	1 x 20 g	2 x 20 g
Honig*, Öl*	Angaben im Text	
Salz*, Pfeffer*	nach Geschmack	

\*Gut im Haus zu haben.

\*\*Beachte die benötigte Menge. Die gelieferte Menge in Deiner Box weicht hiervon ab und es bleibt etwas übrig.

## Durchschnittliche Nährwerte pro

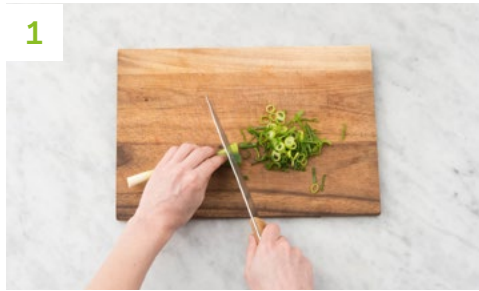
(Berechnet auf Grundlage der angegebenen Ausgangszutaten.)

	100 g	Portion (ca. 1.000 g)
Brennwert	474 kJ/113 kcal	2.976 kJ/711 kcal
Fett	4.16 g	26.13 g
– davon ges. Fettsäuren	1.48 g	9.32 g
Kohlenhydrate	11.82 g	74.25 g
– davon Zucker	4.36 g	27.35 g
Eiweiss	6.01 g	37.74 g
Salz	0.290 g	1.823 g

Bitte beachte, dass die Nährwertangaben auf der Rezeptkarte aufgrund natürlicher Schwankungen und kurzfristiger Produktänderungen abweichen können. Massgeblich sind allein die Nährwertinformationen auf den Produktverpackungen.

**Allergene :** **3)** Sellerie oder Sellerieerzeugnisse **4)** Senf oder Senfzeugnisse **5)** Milch oder Milcherzeugnisse (einschliesslich Laktose).

(Bitte beachte weitere Informationen zu Allergenen und möglichen Spuren von Allergenen auf der Zutatenverpackung!).



## Vorbereitung

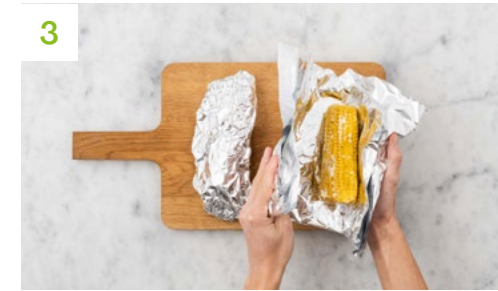
Weissen und grünen Teil der **Frühlingszwiebel** getrennt voneinander in feine Ringe schneiden.



## Kartoffeln backen

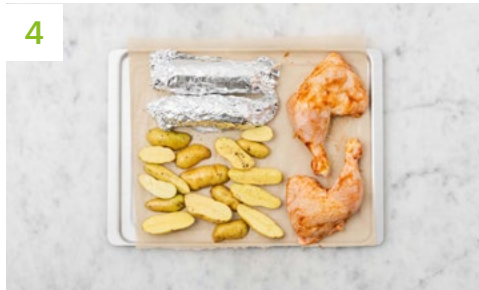
Gewaschene **Drillinge** halbieren.

Auf die Hälfte eines mit Backpapier belegtes Backblech legen, mit 1 EL [2 EL] **Öl\***, **Salz\*** und **Pfeffer\*** vermengen.



## Maiskolben backen

**Maiskolben** mit **Kräuterbutter** bestreichen, in Alufolie einwickeln und ebenfalls auf das Backblech geben.



## Pouletkeulen backen

**Pouletkeulen** mit **BBQ-Sauce** einreiben und auf das Backblech legen.

Alles zusammen für 30 – 35 Min. backen, bis die **Drillinge** leicht gebräunt sind und das **Fleisch** innen nicht mehr rosa ist.

**Tipp:** Wenn Du die Haut der Pouletkeulen gerne schön knusprig hast, nimm die Drillinge nach der Garzeit vom Blech und lass die Pouletkeulen für weitere 3 – 5 Min. bei eingeschalteter Grillfunktion im Ofen.



## Dip zubereiten

In einer kleinen Schüssel 1 EL [2 EL] **Honig\*** und nach Belieben **Sriracha** (Achtung scharf) verrühren.

**Joghurt** und **Gewürzmischung „Smoky BBQ“** ebenfalls unterrühren.

Mit **Salz\*** abschmecken.



## Anrichten

**Drillinge** auf Teller verteilen.

Die **Maiskolben** aus der Alufolie wickeln und daneben anrichten.

Die **Pouletkeulen** ebenfalls dazu anrichten.

Zusammen mit dem **BBQ-Pfeffer-Dip** geniessen.

Mit grünem Teil der **Frühlingszwiebel** garnieren.

## En Guete!

Du liebst HelloFresh?

Deine Freunde sicher auch! Lade sie jetzt über den QR Code oder über [www.hellofresh.ch/freunde](http://www.hellofresh.ch/freunde) ein!





# BBQ chicken leg with buttered corn on the cob oven baked new potatoes and smoky dip

30-40 minutes • 2.976 kj/711 kcal • Cook on day 3

24



Chicken thigh



New potatoes



BBQ sauce



Spice mix "Smoky BBQ"



Sriracha sauce



Natural yoghurt



Spring onion



Sweetcorn



Herb butter



- Ohne künstliche Farbstoffe  
- Ohne künstliche Aromen  
- Ohne hinzugefügte Glutamate

Good to have at hand

Honey\*, oil\*, salt\*, pepper\*

# Let's get started

Wash the vegetables and dab the meat dry with kitchen roll.

Preheat the oven to 220 °C top/bottom heat (200 °C fan oven).

## What you need

1 Aluminium foil, 1 baking tray with baking paper and 1 small bowl.

## Ingredients for 2 | 4 persons

	2P	4P
Chicken thigh	2 x 250 g	4 x 250 g
New potatoes	1 x 400 g	1 x 800 g
BBQ sauce <b>3</b> <b>4</b>	1 x 20 ml	2 x 20 ml
"Smoky BBQ" spice mix	1 x 1 g	1 x 2 g
Sriracha sauce	1 x 8 ml	1 x 15 ml
Plain yoghurt <b>5</b>	1 x 100 g	1 x 200 g
Spring onion	1 x 35 g	2 x 35 g
Sweetcorn	1 x 400 g	2 x 400 g
Herb butter <b>5</b>	1 x 20 g	2 x 20 g
Honey*, oil*	Amounts specified in text	
Salt*, pepper*	According to taste	

\*Good to have at hand.

\*\*Note the quantity required. The quantity delivered in your box differs from this quantity and some will be left over.

## Average nutritional values per

(calculated based on the specified starting ingredients)

	100 g	Portion (approx. 1000 g)
Calories	474 kJ/113 kcal	2.976 kJ/711 kcal
Fat	4.16 g	26.13 g
- incl. saturated fats	1.48 g	9.32 g
Carbohydrate	11.82 g	74.25 g
- incl. sugar	4.36 g	27.35 g
Protein	6.01 g	37.74 g
Salt	0.290 g	1.823 g

Please note that the nutritional information on the printed recipe may vary due to natural fluctuations and changes to products at short notice. Only the nutritional information on the product packaging is definitive.

**Allergens:** **3**) Celery or celery products **4**) Mustard and mustard products **5**) Milk and milk products (including lactose).

(Please see the additional information on allergens and possible traces of allergens on the packaging of the ingredients).



## Preparation

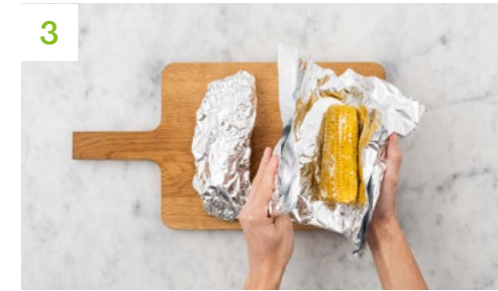
Finely slice the white and green parts of the spring onions and keep separate.



## Roast the potatoes

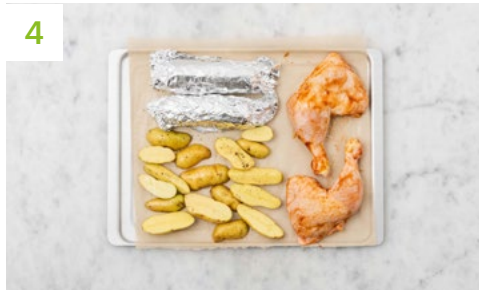
Cut washed new potatoes in half.

Spread over half a baking tray lined with baking paper and mix with 1 tbsp. [2 **tbsp.**] oil\*, salt\* and pepper\*.



## Bake corn on the cob

Coat corn on the cob with herb butter, wrap in aluminium foil and place on baking tray as well.



## Bake chicken legs

Rub chicken legs with BBQ sauce and place on baking tray.

Bake everything together for 30 - 35 min. until the new potatoes are lightly browned and the meat is no longer pink inside.

**Tip:** *If you like the skin of the chicken legs nice and crispy, take the new potatoes off the baking tray after the cooking time and leave the chicken legs in the oven for another 3 - 5 min. with the grill function on.*



## Prepare the dip

In a small bowl, whisk together 1 tbsp. [2 **tbsp.**] honey\* and sriracha (warning: spicy!) to taste.

Stir in yoghurt and "Smoky BBQ" spice mix.

Season with salt\*.



## Serve

Apportion new potatoes on plates.

Unwrap the corn cobs from the aluminium foil and arrange next to them.

Apportion the chicken legs as well.

Enjoy together with the BBQ pepper dip.

Garnish with green parts of the spring onions.

## Bon appetit!

### Love HelloFresh?

Your friends will surely love it too! Send them an invite now using the QR code or at [www.hellofresh.ch/freunde/](http://www.hellofresh.ch/freunde/)



# Cuisse de poulet BBQ avec épis de maïs au beurre, pommes de terre au four et dip smoky

30 – 40 minutes • 2.976 kj/711 kcal • Cuisiner au 3e jour

24



Cuisse de poulet



Pommes de terre grenaille



Sauce barbecue



Mélange d'épices « Smoky BBQ »



Sauce Sriracha



Yaourt nature



Oignon de printemps



Maïs doux



Beurre aux herbes



- Ohne künstliche Farbstoffe  
- Ohne künstliche Aromen  
- Ohne hinzugefügte Glutamate

Ingédients à toujours avoir chez soi  
Miel\*, huile\*, sel\*, poivre\*

# C'est parti

Laver les légumes et essuyer la viande avec de l'essuie-tout.

Préchauffer le four à 220 °C (200 °C pour un four à chaleur tournante).

## Ce dont vous avez besoin

1 feuille d'aluminium, 1 plaque de four et du papier de cuisson et 1 petit bol.

## Ingrédients pour 2 | 4 personnes

	2 portions	4 portions
Cuisse de poulet	2 x 250 g	4 x 250 g
Petites pommes de terre	1 x 400 g	1 x 800 g
Sauce barbecue <b>3) 4)</b>	1 x 20 ml	2 x 20 ml
Mélange d'épices « Smoky BBQ »	1 x 1 g	1 x 2 g
Sauce sriracha	1 x 8 ml	1 x 15 ml
Yogourt nature <b>5)</b>	1 x 100 g	1 x 200 g
Oignons de printemps	1 x 35 g	2 x 35 g
Maïs doux	1 x 400 g	2 x 400 g
Beurre aux herbes <b>5)</b>	1 x 20 g	2 x 20 g
Miel*, huile*	Détails dans le texte	
Sel*, poivre*	selon les goûts	

\*Ingrédients à toujours avoir chez soi.

\*\*Tenir compte de la quantité requise. Une plus grande quantité est parfois livrée dans votre box de sorte qu'il peut y avoir des restes.

## Valeurs nutritionnelles moyennes pour

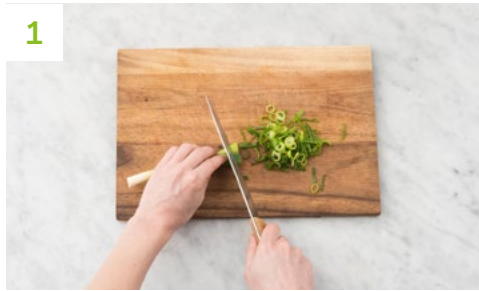
(calculées sur la base de la quantité indiquée d'ingrédients utilisés)

	100 g	Portion (env. 1000 g)
Valeur calorique	474 kJ/113 kcal	2.976 kJ/711 kcal
Lipides	4.16 g	26.13 g
- dont acides gras saturés	1.48 g	9.32 g
Glucides	11.82 g	74.25 g
- dont sucre	4.36 g	27.35 g
Protéines	6.01 g	37.74 g
Sel	0.290 g	1.823 g

Notez que les valeurs nutritionnelles sur les fiches recettes peuvent fluctuer en raison des variations naturelles et des changements de produits de dernière minute. Seules les informations nutritionnelles indiquées sur l'emballage des produits sont significatives.

**Allergènes :** **3)** œufs ou produits à base d'œufs **4)** moutarde ou produits à base de moutarde **5)** lait ou produits laitiers (y compris le lactose).

(Vous trouverez les informations concernant les allergènes et les possibles traces d'allergènes sur l'emballage des ingrédients !)



## Préparation

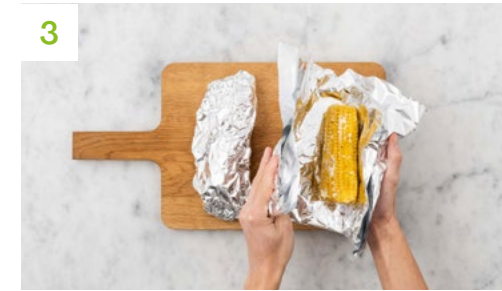
Couper l'oignon de printemps en fines rondelles en séparant les parties verte et blanche.



## Cuire les pommes de terre

Couper les pommes de terre grenailles lavées en deux.

Placer les légumes sur une moitié de la plaque de four recouverte de papier de cuisson, arroser d'1 cs [2 cs] d'huile\*, saler\* et poivrer\*.



## Cuire les épis de maïs

Badigeonner les épis de maïs de beurre aux herbes, les envelopper dans une feuille d'aluminium et les placer également sur la plaque de cuisson.



## Faire cuire les cuisses de poulet au four

Frotter les cuisses de poulet avec la sauce BBQ et les placer sur la plaque de cuisson.

Cuire le tout pendant 30 à 35 min jusqu'à ce que les pommes de terre soient légèrement dorées et que la viande ne soit plus rose à l'intérieur.

**Astuce :** Si vous aimez que la peau des cuisses de poulet soit bien croustillante, retirez les pommes de terre de la plaque après le temps de cuisson et laissez les cuisses de poulet au four pendant 3 à 5 min supplémentaires avec la fonction grill activée.



## Préparer le dip

Dans un petit bol, mélangez 1 cs [2 cs] de miel\* et, selon les goûts, de la Sriracha (attention : piquant!).

Incorporez également le yaourt et le mélange d'épices « Smoky BBQ ».

Saler\*.



## Dresser

Répartir les pommes de terre sur des assiettes.

Enlever les épis de maïs du papier d'aluminium et les disposer à côté. Ajouter également les cuisses de poulet. Déguster avec la sauce BBQ au poivre.

Garnir avec la partie verte des oignons de printemps.

## Bon appétit !

Vous aimez HelloFresh ?

Je parie que vos amis aussi !  
Invitez-les dès maintenant via le QR code ou sur [www.hellofresh.ch/freunde/](http://www.hellofresh.ch/freunde/)

