



Hähnchenkeule SV

Rezepturnummer:

04.10.018

Ausgangsmaterial:

1000 g Hähnchenkeule

Gewürze & Hilfsmittel:

20 g	Liq-Würz Gourmet MARINA	514300
30 g	Mirakel - Mama African Rub	1453700

Ablauf der Verarbeitung:

Die Hähnchenkeulen mit dem Liqwürz Marina einreiben und dem Gewürz einmassieren.

In den Schrumpfbeutel geben, vakuumierehn und garen.

Art. Nr: 990551 Schrumpfbeutel 250x450

Zubereitung:

Bei einer Temperatur von +70°C für 2 Stunden im Wasserbad garen.

Die gegarten Hähnchenkeulen aus dem Beutel nehmen und rundum knusprig grillen.

LMIV:

Hähnchenkeule, Rapsöl, Gewürze, Speisesalz, Palmfett, Karotten, Gewürzextrakte

Analyse:

Brennwert KJ	795 KJ
Brennwert Kcal	191 Kcal
Fett	13,1 g
Gesättigte Fettsäuren	4,1 g
Kohlenhydrate	0,6 g
Zucker	0,3 g
Eiweiß	17,4 g
Natrium	0,5 g
Salz	1,1 g