

Pulled Chicken

Ofenmeister

Zutaten:

2 kg Hähnchenbrust
4 EL Senf
2 EL Paprika edelsüß
1,5 EL Salz
1,5 EL brauner Zucker
3 EL Brathähnchengewürz
1 EL Rauchpaprika
(alternativ: Paprika rosenscharf)
1 EL Knoblauchgranulat
1 EL Kreuzkümmel
4 Zwiebeln
250 ml Apfelsaft
350 ml BBQ Sauce mit Raucharoma
(gerne selbstgemacht – siehe mein Rezept vom Pulled Pork!)



Zubereitung:

- **AM VORTAG:** das Fleisch mit dem Senf bestreichen, alle trockenen Gewürze mit einander vermischen und das Fleisch damit einreiben/einmassieren.
- Fleisch nun entweder fest in Frischhaltefolie packen – es darf kein Luftschlitz sein, oder, wer sich das Plastik sparen will, legt das Fleisch in unsere Edelstahlschüssel und verschließt diese mit dem Deckel. In beiden Fällen nun über Nacht in den Kühlschrank legen. → **Am besten 24h!**
- **AM TAG DER ZUBEREITUNG:** Fleisch aus dem Kühlschrank nehmen und Zimmertemperatur annehmen lassen. (Ca. 1h)
- Backofen auf 180°C Ober-/Unterhitze vorheizen.
- Die Zwiebeln abziehen, in 3-5mm Ringe hobeln und in den Ofenmeister legen.
- Das Fleisch aus der Schüssel nehmen (oder von der Folie befreien) und auf das Zwiebelbett legen.
- Apfelsaft, BBQ Soße und zwei gepresste Knoblauchzehen miteinander vermengen und über das Fleisch gießen.
- Ofenmeister mit Deckel in den Ofen geben und ca. 4h im Backofen garen.
→ Nach der Hälfte der Zeit das Fleisch einmal drehen.
- Nach der Garzeit das Fleisch mit zwei Gabeln auseinander rupfen. So entsteht die klassische Optik des „PULLED Chicken“. Alles nochmal schön mit den Zwiebeln und der Soße vermengen und genießen.

Tip: Das Fleisch schmeckt auf Burgerbrötchen mit Krautsalat hervorragend! Dazu kann man Pommes oder Ofenkartoffeln servieren.