

Pulled Chicken

4 Portionen

Backzeit: 4 Stunden

Vorbereitung ca 10 Minuten

100°C Ober-/Unterhitze vorgeheizt

Zutaten:

1 große Zwiebel
3 Hähnchenbrüste

300 ml Ketchup
3 EL Honig
2 EL Balsamico Essig
2 ½ EL brauner Zucker
1 ½ EL Senf
½ TL Salz
¼ TL Pfeffer
½ TL Knoblauchpulver
2 TL Worcestersauce



www.ofenvogel.de

Zubereitung:

- Zwiebel direkt in den gusseisernen Topf hobeln
- Hähnchenbrust waschen und auf die Zwiebeln legen
- Aus den restlichen Zutaten die Soße zusammenrühren und auf die Hähnchenbrust geben
- Im vorgeheizten Backofen mindestens 4 Stunden garen
- Hähnchenbrust aus dem Topf nehmen und mit zwei Gabeln zerrupfen
- In einer Schüssel mit der Soße und den Zwiebeln vermischen

- Wir mögen das Fleisch gerne auf Burger Buns und als Beilage dazu einen Cole Slaw.