

Pulled Chicken

Zutaten

Menge	Einheit	Bezeichnung
600	g	Hähnchenbrust
2	EL	Pflanzenöl, raffiniert
1	-	Zwiebel
2	-	Knoblauchzehen
100	ml	Apfelsaft
10	ml	Whiskey
3-4	TL	Magic Dust
n.B.	-	Salz, Pfeffer
200-250	ml	BBQ-Sauce

Portionen: 4

Zubereitung

Hähnchenbrust in einem Topf in Pflanzenöl scharf anbraten. Währenddessen Zwiebel würfeln und Knoblauch pressen. Hähnchenbrust entnehmen und Hitze reduzieren. Zwiebel und Knoblauch in den Topf geben und goldgelb anschwitzen. Mit Apfelsaft und Whiskey ablöschen, Magic Dust einrühren und mit Salz und Pfeffer würzen. Hähnchenbrust wieder hinzugeben und im geschlossenen Topf bei mittlerer Hitze 20 bis 25 Minuten garen.

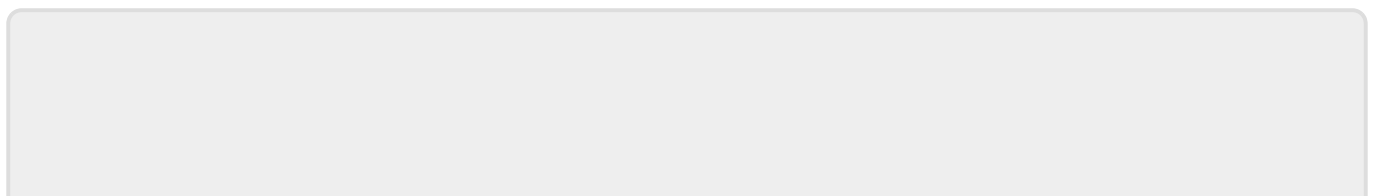
Hähnchenbrust entnehmen und „pullen“. BBQ-Sauce und Fleisch wieder hinzugeben und alles kurz auf- bzw. auf gewünschte Konsistenz einkochen lassen. Für mehr Röstaromen bei Bedarf kurz angrillen.

Hinweise

Anstatt im Topf kann die Hähnchenbrust auch bei ~160°C Umluft im Backofen/Grill zubereitet werden.

Für Pulled Chicken-Burger [Burger Buns](#) aufschneiden, die Schnittflächen anrösten und die untere Hälfte mit Fleisch und [Cole Slaw](#) belegen, nach Belieben mit BBQ-Sauce garnieren und Brötchendeckel wieder auflegen.

[BBQ](#), [Burger](#), [Hähnchen](#)



From:

<https://www.matthias.moorkamp.info/> - **Swap Space**

Permanent link:

https://www.matthias.moorkamp.info/rezepte:hauptgerichte:pulled_chicken?rev=1785047327

Last update: **2026/07/26 08:28**

