

# Τραγανές φτερούγες κοτόπουλου με τσάτνεϋ ντομάτας

[Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός / Γαστρονομία](#)



Υλικά

Για τις φτερούγες:

- 1 κιλό φτερούγες κοτόπουλου
- 1 κ.σ. εξαιρετικό παρθένο ελαιόλαδο
- αλάτι, κατά βούληση
- 2 κ.σ. κόλιανδρο, ψιλοκομμένο

Για το τσάτνεϋ:

- 1 κ.σ. εξαιρετικά παρθένο ελαιόλαδο
- 2 μεγάλα κρεμμύδια, κομμένα σε κύβους
- 2 σκελίδες σκόρδο, λιωμένες
- 1 κ.σ. φρέσκο τζίντζερ, ψιλοκομμένο
- 800γρ. ντομάτα κονκασέ
- 1 κ.σ. αλάτι χοντρό
- 1 κ.σ. ζάχαρη
- 1 κ.γ. κύμινο

1 κ.γ. κάρυ σκόνη  
1 πρέζα πιπέρι καγιέν  
2 ½ κ.σ. μηλόξυδο

Διαδικασία

Προθερμαίνουμε το φούρνο στους 200C.

Τοποθετούμε τις φτερούγες σε ένα μπολ και τις ανακατεύουμε με το ελαιόλαδο και λίγο αλάτι.

Στρώνουμε δυο ταψιά με αντικολλητικό χαρτί ψησίματος και αραδιάζουμε σε αυτά τις φτερούγες κοτόπουλου τη μία δίπλα στην άλλη, αφήνοντας μεταξύ τους απόσταση.

Ψήνουμε για 15 λεπτά στους 200C, ανεβάζουμε τη θερμοκρασία του φούρνου στους 220C και ψήνουμε για 15 λεπτά ακόμη, μέχρι η πέτσα του κοτόπουλου να ροδίσει και να γίνει τραγανή.

Εντωμεταξύ, σε ένα μεγάλο τηγάνι ζεσταίνουμε 1 κ.σ ελαιόλαδο σε μέτρια θερμοκρασία.

Σοτάρουμε τα κρεμμύδια για 8-10 λεπτά, ανακατεύοντας συχνά, μέχρι να γίνουν διάφανα και να μαλακώσουν,

Προσθέτουμε το σκόρδο και το τζίντζερ και μαγειρεύουμε για 3 λεπτά ακόμη.

Ρίχνουμε προσεκτικά την ντομάτα στο τηγάνι, το αλάτι, τη ζάχαρη, το κύμινο, το κάρυ, το πιπέρι καγιέν και τις 2 κ.σ. μηλόξυδο.

Αφήνουμε να πάρουν μία βράση και στη συνέχεια χαμηλώνουμε τη φωτιά και αφήνουμε το σάτνει να σιγοβράσει για 15 λεπτά, ανακατεύοντας κατά διαστήματα.

Προσθέτουμε και το υπόλοιπο μηλόξυδο.

Αφήνουμε το σάτνει στην άκρη για 15 λεπτά, να κρυώσει και στη συνέχεια το ρίχνουμε στον κάδο του μπλέντερ και χτυπάμε, μέχρι να πάρουμε ένα λείο μείγμα.

Βάζουμε το σάτνει σε ένα σκεύος σερβιρίσματος, μεταφέρουμε τις φτερούγες κοτόπουλου στη σάλτσα, γαρνίρουμε με κόλιανδρο και σερβίρουμε.

Πηγή: [dimitrisskarmoutsos.gr](http://dimitrisskarmoutsos.gr)