

Hähnchenspieße mit Knoblauchjoghurt



Zutaten für zwei Personen:

2 Hähnchenkeulen mit Rückenstück
1 EL Paprikapulver
1/2 TL Cayennepfeffer
6 Spritzer Tabasco
2 EL Olivenöl
Salz, Pfeffer aus der Mühle

Knoblauchjoghurt:

200 g griechischer (oder cremiger) Joghurt
1 Knoblauchzehe
1 EL Zitronensaft
Salz

1/2 EL Olivenöl

Besondere Hilfsmittel:

Holzspieße oder Metallspieße

1. Hähnchenkeulen teilen, die Unterschenkel anderweitig verwenden. Waschen und mit Küchentpapier trocknen. Den Knochen vom Oberschenkel auslösen, die Haut abziehen und das Fleisch in 2cm x 2cm große Würfel schneiden.

2. Marinade aus Paprikapulver, Cayennepfeffer, Salz, Pfeffer, Tabasco und dem Olivenöl bereiten.

3. Das Hähnchenfleisch locker auf die Holzspieße stecken (je ca. 5 Stückchen) und dann ca. 30 Minuten marinieren. Alternativ ohne Marinade nur kräftig salzen und pfeffern.

4. Olivenöl in einer be-

schichteten Pfanne erhitzen, die Spieße auf beiden Seiten je 3 Minuten anbraten, dann die Hitze zurücknehmen und fertig garen.

Knoblauchjoghurt:

Joghurt in eine Schüssel geben. Die Knoblauchzehe abziehen, halbieren und den Keim entfernen. Knoblauch dann dazu pressen. Mit Zitronensaft, Salz und Olivenöl würzen. Zugedeckt kalt stellen.

Hinweise:

Das Knoblauchjoghurt ersetzt die fehlende Sauce.

Diese Spieße machen viel Arbeit, sind aber auch besonders zart.

Das Bild zeigt eine Realisierung mit Gemüsereis, siehe eigenes Rezept dafür.

Schlagworte:

mittel, Zubereitung ca. 35 min, Gesamtzeit ca. 65 min, Hauptspeisen, Fleisch, Geflügel, Huhn, griechisch

Rezept und Foto: Walter
Stand 09.01.2023