

Gegrillte Hähnchenbrust mit Erdnußkruste

189

Typ: Fleisch

Quelle: e&t, 7/99

Bemerkungen:

Zutaten: Für 12 Portionen:

Hähnchen und Marinade
6 Hähnchenbrüste (ohne Knochen, à 200 g)
1 Zitrone
1 TI Kreuzkümmel (gemahlen)
1/2 TL rote Chiliflocken
150 ml Öl

Erdnußsauce
1 rote Chilischote
1/2 Bund Koriandergrün
1 Limette
75 g Erdnußkerne (gesalzen und geröstet)
2 EI Worcestershiresauce
50 ml Öl

Rezept:

1. Die Hähnchenbrüste abspülen, trockentupfen und quer halbieren. Die Zitrone auspressen, den Saft mit Kreuzkümmel, Chiliflocken und Öl verrühren. Das Fleisch hineinlegen, kalt stellen und 12 Stunden marinieren, dabei einmal wenden.

2. Die Chilischote längs halbieren, entkernen und grob hacken. Die Korianderblätter von den Stielen zupfen. Die Limette auspressen. Die Erdnüsse mit Chili, Koriander, Limettensaft, Worcestershiresauce und Öl im Mixer pürieren.

3. Die Hähnchenbrüste aus der Marinade nehmen, mit Küchenpapier trockentupfen und auf dem Grill auf jeder Seite 6-8 Minuten garen, dabei mehrmals mit der Erdnußsauce bestreichen.

Zubereitungszeit: 30 Minuten (plus Marinierzeit)