SVG-Logo wird im PDF nicht unterstützt. Bitte laden Sie ein JPG- oder PNG-Logo in den Plugin-Einstellungen hoch.

E-Mail: info@gewuerzmuehle-rosenheim.de Tel: +49 8053 530 8384 Web: https://www.gewuerzmuehle-rosenheim.de/



Gegrilltes Huhn | Grüner Spargel | Baharat

Zubereitungszeit: 20 min

Kochzeit: 40 min

Gesamtzeit: 1 h

Schwierigkeitsgrad: einfach

Portionen: 4 Personen

Gewürze & Zutaten:

200 g Honig

20 g Frischen Ingwer fein gerieben o. gehackt

50 ml Limettensaft

30 g Panko (asiatisches Paniermehl) zum Binden

Etwas Olivenöl

20 g Baharat

25 g Orangenpfeffer

Etwas Salz und Zucker

12 Stängel Spargel

4 Hühnerkeulen

ZUBEREITUNG

1. Den Backofen auf 180 Grad Umluft vorheizen.

2. Aus den Zutaten für die Marinade eine zähe Paste mischen und diese gleichmäßig auf der Haut der

Hühnerkeulen verteilen und etwas andrücken. Für etwa 40 Minuten in einer feuerfesten Form in den Ofen schieben, dabei gelegentlich schauen, dass die Kruste nicht zu dunkel wird. Gegebenenfalls die Temperatur herunterfahren.

3. Kurz vor Ende der Garzeit den grünen Spargel vom holzigen Ende befreien und der Länge nach halbieren (natürlich nur, wenn er recht dick ist!). Mit etwas Olivenöl einfetten, zuckern und salzen. Auf dem Grill (Grillpfanne oder normale Pfanne) anschließend ein paar Minuten grillen. Er darf ruhig etwas Farbe nehmen.

4. Wir empfehlen dazu unser Ananas-Chutney (Rezept ist im Einleitungstext verlinkt) und einen großen Salat.