

Mariniertes Tequila-Limetten-Hähnchen mit Zucchini-Nudel-Salat

VORBEREITEN

12,25
Std.

ZUBEREITEN

25
Min.

NIVEAU



Zutaten für 4 Personen

900 g Hühneroberkeule (knochen- und hautlos)
 1 Limette
 2 Esslöffel Tequila
 1 Esslöffel Melasse-Sirup
 1 Teelöffel Meersalz
 2 Knoblauchzehen
 1 große Zucchini
 4 gekochte Maiskolben
 1 rote Paprika
 1 rote Zwiebel
 1/2 Bund frischer Koriander
 Olivenöl
 Salz

Besonderes Zubehör

Grillpfanne
 Schaschlikspieße
 Spiralschneider

Einfach und so lecker - das beschwipste Hähnchen kommt mit herb-säuerlicher Limetten-Note daher und ist genau das Richtige für laue Abende im Freien. Kombiniert mit einem Salat aus süßlichem Mais, milder Zucchini und frischem Koriander schmeckt man förmlich den Sommer.

- 1 -

Für die Hähnchenmarinade den Knoblauch schälen und fein hacken. Limette aufschneiden und eine Hälfte auspressen. Die andere Hälfte für den Salat aufheben. Beides mit dem Tequila, Melasse-Sirup und Meersalz in einer großen Schüssel gut verrühren, bis sich Salz und Melasse aufgelöst haben.

- 2 -

Das Hähnchen in mundgerechte Stücke schneiden und in der Marinade einlegen, sodass es von allen Seiten benetzt ist. Abgedeckt für mindestens 12 Stunden im Kühlschrank durchziehen lassen.

- 3 -

Die Hähnchenstücke auf Schaschlikspieße ziehen. Etwas Olivenöl in einer Grillpfanne erhitzen und die Spieße bei niedriger Temperatur von jeder Seite für 10 Minuten anbraten.

- 4 -

Währenddessen Zucchini und Paprika waschen. Paprika entkernen und in kleine Würfel sowie die Zucchini mit Hilfe eines Spiralschneiders in dünne Fäden schneiden. Mit einem Messer die Maiskörner vom Kolben trennen. Die verbleibende Limettenhälfte auspressen.

- 5 -

Koriander waschen, Blätter von den Stängeln zupfen und fein hacken. Zwiebel schälen und in ganz dünne Scheiben schneiden. Anschließend beides mit Paprika, Zucchini und Mais in einer Salatschüssel vermischen. Mit Salz, etwas Olivenöl sowie Limettensaft abschmecken.

Mariniertes Tequila-Limetten-Hähnchen mit Zucchini-Nudel-Salat

- 6 -

Salat und Spieße auf 4 Teller verteilen und servieren.