

# Grillrezepte

## Grillspezialitäten - Poulardenbrust Mit Süßer Chilisoße

Anzahl: 2 Portionen

Gattung: Grillen, BBQ, Gewürze, Fleisch, Asien,

---

2	Poulardenbrüste mit Haut - (à 150 g)	2	Stangen Zitronengras
7	Knoblauchzehen	1	Bund Koriandergrün
2	Essl. Sonnenblumenöl	80 g	brauner Zucker
1	Essl. Sesamöl	50 ml	Apfelessig
60 g	frischer Ingwer	50 ml	Thai-Fischsauce
2	rote Chilischoten	30 ml	Sojasauce
5	Limonenblätter		Curry
			Salz, Pfeffer

---

Das Fleisch mit zwei fein gehackten Knoblauchzehen einreiben und kräftig mit Pfeffer und Curry würzen. Sonnenblumenöl und Sesamöl mischen und auch damit das Fleisch einreiben. Dann in eine Auflaufform geben und über Nacht im Kühlschrank marinieren lassen.

Für die Sauce restlichen Knoblauch, Ingwer, Chili (Kerne zuvor entfernen), Limonenblätter, Zitronengras und Koriander fein hacken und zu einer feinen Paste mixen.

Zucker mit 5 EL Wasser in einem Topf aufkochen und leicht karamellisieren lassen. Dann die Hitze reduzieren und die Paste, Essig, Thai- und Sojasauce zugeben und einmal kurz aufkochen lassen. Die Sauce in Gläser mit Schraubdeckel füllen und gut abkühlen lassen. Sie kann im Kühlschrank gut eine Woche aufbewahrt werden.

Das Fleisch aus der Marinade nehmen, leicht salzen und auf dem Grill langsam braten. Mit der Chilisoße servieren. Diese schmeckt übrigens auch gut zu Fisch und Meeresfrüchten.