

Grillrezepte

Grillspezialitäten - Hähnchenbrust Mit Tikka Paste

Anzahl: 2 Portionen

Gattung: Exotisch, Fleisch, Geflügel, Hauptspeise, Indien,

300 g Hähnchenbrust	1/2	geh. TL Cumin
1 Chilischote	2	Essl. Tikka-Paste
20 g frischer Ingwer		etwas Zitronensaft
2 Knoblauchzehen	Ö	Liter zum Anbraten
100 g Naturjoghurt		

Die Hähnchenbrust waschen und trockentupfen.

Chilischote, Ingwer und Knoblauch schälen und fein hacken.

Joghurt mit Cumin, Tikka-Paste, Chili, Ingwer, Knoblauch und etwas Zitronensaft würzen.

Darin die Hähnchenbrust über Nacht einlegen.

Anschließend herausnehmen, den daran haftenden Joghurt ablaufen lassen.

Eine Grillpfanne mit Öl bestreichen und das Fleisch darauf grillen.

Die Hähnchenbrust in Scheiben schneiden und mit einem frischen Salat anrichten.

Dazu nach Belieben scharfes Mangochutney reichen.