



Chili-Hähnchenschenkel mit Ananassalat

Zutaten

(für 4 Personen):

- 4 Hähnchenschenkel (aus deutscher Erzeugung)
- 1 weiße Zwiebel
- 2 Chili
- 0.5 TL Zimt
- 0.5 TL Thymian
- 30 g Ingwer
- 1 EL Sweet Chili Sauce
- 2 EL Sojasauce
- 1 Zitrone
- Salz und Pfeffer
- 4 EL Olivenöl
- 1 Ananas
- 1 rote Zwiebel
- 3 Zweige Minze



Nährwerte:

Pro Portion ca. 437 kcal, 28 g Fett, 11 g Kohlenhydrate, 36 g Eiweiß

Zubereitungszeit:

circa 75 Minuten (davon 30 Minuten Marinierzeit)

Chili-Hähnchenschenkel mit Ananassalat

Zubereitung:

1. Als erstes die weiße Zwiebel schälen, in feine Würfel schneiden und mit Chili, Zimt, Thymian, Ingwer, Chili- und Sojasauce, Saft einer ½ Zitrone, eine Prise Salz, Pfeffer und 2 EL Öl mischen und anschließend pürieren.



2. Danach die Hähnchenschenkel für 30 Minuten in der Marinade ziehen lassen – so können die Aromen gut ins Fleisch einziehen.



3. Danach die marinierten Hähnchenschenkel bei indirekter Hitze (200 Grad) mit geschlossenem Deckel circa 35 bis 40 Minuten grillen.



Chili-Hähnchenschenkel mit Ananassalat

4. In der Zwischenzeit die Ananas schälen und in Würfel schneiden. Dann die rote Zwiebel ebenfalls schälen und kleinschneiden. Die Ananasstücke und die Zwiebelstücke zusammen mit dem Saft einer ½ Zitrone, Minze, 2 EL Öl und einer Prise Salz und Pfeffer mischen.



5. Und dann heißt es nur noch: Ananassalat mit den Chili-Hähnchenschenkeln anrichten, mit frischer Minze garnieren und genießen!





Chili-Hähnchenschenkel mit Ananassalat



Einkaufstipp

Heimische, nachhaltige und nach hohen Standards erzeugte Lebensmittel sind dir wichtig? Dann achte beim Einkauf von Geflügelfleisch auf die „D“s auf der Verpackung: diese garantieren dir Geflügelfleisch aus Deutschland.

Weitere Informationen rund um Geflügelfleisch aus Deutschland sowie viele leckere Rezepte finden Sie auf www.deutsches-gefluegel.de