

Hähnchenfilets mit Ananas vom Grill

Zutaten

(für 4 Personen):

600 g Hähnchenfilet
2 EL Öl
2 TL Geflügelgewürz
1 Dose Ananas
1 Lauchzwiebel
1 TL Curry
50 g Salat-Mayonnaise
150 g Joghurt



Nährwerte:

Pro Portion ca. 437 kcal, 28 g Fett, 11 g Kohlenhydrate, 36 g Eiweiß (Diese Information findet ihr, wenn ihr im Ordner des jeweiligen Rezepts die Worddatei "Blogbeitrag" öffnet. Dort müsste sie ganz unten stehen. Schreibt mir, sollte dies nicht der Fall sein).

Zubereitungszeit:

circa 30 Minuten

Hähnchenfilets mit Ananas vom Grill

Zubereitung:

1. Öl und Geflügelgewürz verrühren und die Hähnchenbrustfilets damit von beiden Seiten einpinseln.



2. Lauchzwiebeln in feine Ringe schneiden und mit Joghurt, Mayonnaise und Curry verrühren.



3. Ananas von jeder Seite circa 3 bis 4 Minuten grillen.





Hähnchenfilets mit Ananas vom Grill

4. Marinierte Hähnchenfilets von jeder Seite circa 7 bis 10 Minuten grillen...



5. ...mit den gegrillten Ananassscheiben und dem Curry-Dip anrichten und genießen. ☑





Hähnchenfilets mit Ananas vom Grill



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