



Marinierte Hähnchenfilets vom Grill

Zutaten

(für 4 Personen):

- 4 Hähnchenfilets
- 3 EL Olivenöl
- 5 Zweige Oregano
- 1 Zitrone
- 2 Knoblauchzehen
- Salz und Pfeffer
- 1 Ciabatta
- 200 g Tsatsiki



Nährwerte:

Pro Portion ca. 502 kcal, 17 g Fett, 42 g Kohlenhydrate, 41 g Eiweiß

Zubereitungszeit:

circa 45 Minuten (30 Minuten zum Marinieren)

Marinierte Hähnchenfilets vom Grill

Zubereitung:

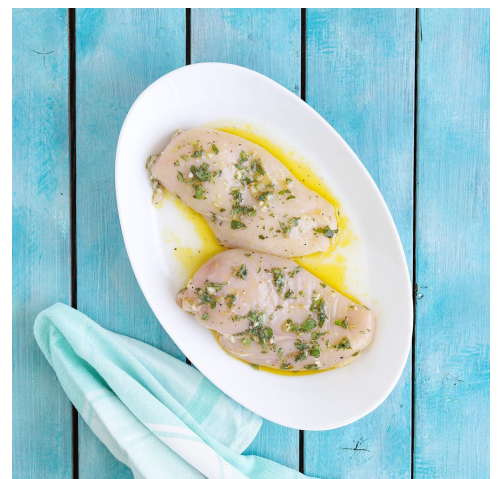
1. Für die Marinade Olivenöl, Oregano, Zitronensaft und gehackten Knoblauch verrühren und diese mit etwas Salz und Pfeffer abschmecken.



2. Die Hähnchenfilets damit bedecken...



3. ...und für mindestens 30 Minuten in der Marinade ziehen lassen. So können die Aromen intensiv einziehen.





Marinierte Hähnchenfilets vom Grill

4. Dann die marinierten Hähnchenfilets bei direkter, mittlerer Hitze circa 10 bis 12 Minuten grillen. Dabei einmal wenden.



5. Am Ende die marinierten Hähnchenfilets mit frischem Ciabatta und Tsatsiki anrichten und genießen. ☒





Marinierte Hähnchenfilets 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