

Hähnchenspieße, indische Art

Würziges zum Grillen oder für den Backofen.

etwa 6 Stück



gelingt leicht

bis 20 Minuten



Zutaten:

Zutaten:

500 g Hähnchenbrustfilet
300 g rote, gelbe und grüne
Paprikaschoten
60 g Indische Würzpaste
150 g Dr. Oetker Crème légère
Salz
frisch gemahlener Pfeffer

Außerdem:

6 Holzspieße

1 Vorbereiten:

Hähnchenbrustfilet unter fließendem kaltem Wasser abspülen, trocken tupfen und in kleine Stücke schneiden. Paprika putzen und in kleine Stücke schneiden. Abwechselnd die Fleisch- und Paprikawürfel auf Grill- oder Holzspieße stecken. Indische Würzpaste mit Crème légère verrühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Spieße in eine flache Schale oder auf einen großen Teller legen und die Marinade darauf verteilen. Mit Frischhaltefolie zudecken und mind. 3 Std., oder über Nacht, im Kühlschrank marinieren.

2 Zubereiten:

Die Fleischspieße etwa 10 Min. von allen Seiten grillen. Wenn keine Grillsaison ist, können Sie die Spieße auch in einer Auflaufform im vorgeheizten Backofen (Ober-/Unterhitze: etwa 200°C, Heißluft: etwa 180°C) im unteren Drittel etwa 30 Min. garen.

Tipps aus der Versuchsküche

- Servieren Sie zu den Spießen indisches Gewürzbrot oder Fladenbrot und einen frischen Blattsalat.