

# Marinierte Hähnchenbrust

Würzig marinierte Hähnchenbrust für den Grillabend

etwa 4 Portionen



gelingt leicht

— bis 20 Minuten



## Zutaten:

### Zutaten:

- etwa 600 g Hähnchenbrustfilet (4 Stück)
- 2 Knoblauchzehen
- 5 EL Olivenöl
- 2 TL gehackter Oregano
- 6 EL Honig
- 1 TL abgeriebene Zitronenschale (unbehandelt)
- Salz
- frisch gemahlener Pfeffer
- 1 EL Olivenöl

## 1 Zubereiten:

Hähnchenbrustfilets unter fließendem kaltem Wasser abspülen und trocken tupfen, nach Belieben in dicke Scheiben schneiden. Knoblauchzehen abziehen, zerdrücken, mit Olivenöl, Oregano, Honig und Zitronenschale verrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

2 Die Hähnchenbrustfilets mit der Marinade bestreichen und abgedeckt im Kühlschrank mind. 2 Std. marinieren.

3 Öl in einer Grillpfanne erhitzen, Hähnchenbrustfilets von beiden Seiten etwa 7 Min. goldbraun braten oder nach Wunsch auf dem Grill garen.

### Tipps aus der Versuchsküche

- Dazu schmecken mit Reis gefüllte Grilltomaten und Baguette.
- Servieren Sie dazu einen gemischten Salat.