

Rezept

Joghurt-Marinierte Hähnchenspieße

Ein Rezept von Joghurt-Marinierte Hähnchenspieße, am 09.06.2026

Zutaten

600 g Hähnchenkeulen	150 g Joghurt (3,5 %)
1 EL Zitronensaft	1 EL Olivenöl
1 TL Harissa	1/2 TL Kurkumapulver
1/2 TL edelsüßes Paprikapulver	1/4 TL gemahlener Piment
1/4 TL frisch gemahlener schwarzer Pfeffer	1/2 Bund Koriandergrün
Öl zum Grillen	Salz
kleine Holzspieße	dazu: Arabische Gewürzsauce oder Sesamsauce (siehe Rezept-Tipp)

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 4 PERSONEN | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 270 kcal

Zubereitung

1. Hähnchenkeulen abspülen und trockentupfen. Haut entfernen. Fleisch vom Knochen lösen und ca. 2 cm groß würfeln. Joghurt, Zitronensaft, Öl, Harissa und Gewürze verrühren. Das Fleisch darin 12 Std. abgedeckt im Kühlschrank marinieren.
2. Fleisch auf einem Sieb abtropfen lassen. Koriander abspülen, trockenschütteln, die Blättchen abzupfen.
3. Das Fleisch mit Küchenpapier abtupfen und auf kurze Holzspieße stecken. Eine Grillpfanne mit Öl einpinseln, die Spieße darauf legen. Von allen Seiten bei mittlerer Hitze ca. 6 Min. grillen. Salzen, mit Korianderblättchen bestreuen und mit einer der Saucen servieren.