

Rezept

## Schnelle Hähnchenbrust alla diavola

Ein Rezept von Schnelle Hähnchenbrust alla diavola, am 25.06.2026

### Zutaten

4	Hähnchenbrustfilets (je etwa 200 g)	4 Zweige	Salbei
4 Zweige	Rosmarin	4 Zweige	Thymian
4	getrocknete Chilischoten	4	Knoblauchzehen
½	Bio-Zitrone	1 TL	Fenchelsamen
	Salz	6 EL	Olivenöl

### Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 385 kcal

### Zubereitung

1. Die Hähnchenbrustfilets waschen und trocken tupfen. Die Kräuter waschen und trocken schütteln, die Blättchen abzupfen und mit den Chilischoten fein hacken.
2. Den Knoblauch schälen und in dünne Scheiben schneiden. Die Zitrone heiß waschen und abtrocknen, 1 Stück Schale abschneiden und fein hacken, den Saft auspressen.
3. Den Backofen auf 180° vorheizen. Kräuter, Chilischoten, Knoblauchscheiben und Zitronenschale mit 2 EL Zitronensaft, Fenchelsamen, Salz und Öl verrühren. Die Hähnchenbrustfilets in eine ofenfeste Form legen, mit der Würzmischung begießen. Im Ofen (Mitte) ca. 20 Min. braten, bis sie gar sind. Zum Schluss für ein paar Min. den Grill zuschalten und die Hähnchenfilets bräunen.