

Rezept

Tavuk Şiş - Huhn für Spieß

Ein Rezept von Tavuk Şiş - Huhn für Spieß, am 28.06.2026

Zutaten

Für die Spieße:

750 g Hähnchenbrustfilet

Für die Marinade:

2 Knoblauchzehen	1 große Zwiebel
1 Zitrone	100 ml Olivenöl
1 ½ EL Paprikamark	1 EL getrockneter Oregano
1 EL edelsüßes Paprikapulver	1 TL getrockneter Thymian
1 Prise gemahlener Kreuzkümmel	Salz
gemahlener schwarzer Pfeffer	

Außerdem:

1 Bund kugelige Jungzwiebeln mit Grün	10 möglichst große getrocknete Tomaten in Pflanzenöl
verholzte Rosmarinzwige oder Schaschlikspieße	Pflanzenöl zum Braten

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 535 kcal

Zubereitung

1. Das Hähnchenfleisch trocken tupfen und in ca. 6 cm große Würfel schneiden. Den Knoblauch schälen und hacken. Die Zwiebel ebenfalls schälen und fein reiben, den austretenden Saft dabei in einer großen Schüssel auffangen. Alle Zutaten für die Marinade vermengen und mit je 1 TL Salz und Pfeffer würzen. Die Mischung soll dickflüssig sein; falls sie klumpt, noch etwas Öl dazugeben. Die Fleischstücke gut mit der Marinade mischen, alles zusammen in einen großen Gefrierbeutel füllen, diesen gut verschließen und das Fleisch mind. 8 Std. im Kühlschrank marinieren.
2. Kurz vor dem Braten die Jungzwiebeln putzen, waschen und vom Grün befreien. Die getrockneten Tomaten aus dem Öl nehmen und auf Küchenpapier etwas abtropfen lassen. Die Hähnchenstücke abwechselnd mit Tomaten und Frühlingszwiebeln auf die Rosmarinzwige oder Schaschlikspieße spießen. Die Hähnchenspieße portionsweise in je 1 EL Öl in einer großen Pfanne bei mittlerer Hitze ca. 6 Min. rundum anbraten.