

## Rezept

# Tavuk Şiş - türkische Hähnchenspieße

Ein Rezept von Tavuk Şiş - türkische Hähnchenspieße, am 28.06.2026

## Zutaten

<b>800 g</b> Hähnchenbrustfilet	<b>2</b> Knoblauchzehen
<b>4 EL</b> türkischer Joghurt (ersatzweise griechischer Joghurt; 10 % Fett)	<b>3 Zweige</b> Thymian
<b>¾ TL</b> getrockneter Oregano	<b>2 EL</b> Olivenöl
Salz	<b>½ TL</b> getrocknete Minze
<b>2 EL</b> Sumach	<b>25 g</b> kalte Butter

### Außerdem

**12** Holzspieße

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 12 Spieße | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 110 kcal, 5 g F, 16 g EW, 1 g KH

## Zubereitung

1. Das Fleisch trocken tupfen und ca. 2 cm groß würfeln. Für die Marinade den Knoblauch schälen und zum Joghurt pressen. Thymian waschen, trocken schütteln, Blättchen abzupfen und fein hacken. Mit Olivenöl unter die Joghurtmischung rühren. Mit Oregano, Minze, Salz und Pfeffer würzen. Das Fleisch mit der Marinade mischen und im Kühlschrank ca. 6 Std. (oder über Nacht) marinieren lassen, die Holzspieße gleichzeitig in Wasser einlegen.
2. Backofen auf ca. 240° vorheizen und Backofengrill zuschalten. Die Holzspieße abtropfen lassen und das Hähnchenfleisch dicht an dicht auf die Spieße stecken. Übrige Marinade darauf verteilen. Die Spieße auf einen Ofenrost legen, in den heißen Ofen (oben) schieben und ein Blech als Tropfschutz darunterschieben. Die Spieße ca. 15 Min. grillen, dabei ein- bis zweimal wenden und beim letzten Wenden mit Butterflöckchen belegen. Mit Sumach bestreuen und servieren. Alternativ im Sommer auf dem Grill zubereiten.