

Rezept

Wachteln am Spieß

Ein Rezept von Wachteln am Spieß, am 28.04.2025

Zutaten

4 EL Olivenöl	4 EL Limettensaft
2 EL Akazienhonig	1/4 TL gem. Koriander
Salz	Pfeffer
4 Wachteln	8 Crevetten ohne Schale
1 kleine reife Mango	8 kleine Rosmarinzwige
4 Scheiben durchwachsener Speck	8 schwarze Oliven ohne Stein
1 EL Butter	1 EL Zucker
400 ml Geflügelfond	1 TL Speisestärke
4 Holzspieße (18 cm lang)	

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 4 PERSONEN | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 575 kcal

Zubereitung

1. Backofen auf 200° vorheizen. Das Öl mit Limettensaft, Honig, Koriander, Salz und Pfeffer vermischen. Wachteln und Crevetten innen und außen mit dem Würzöl bepinseln. Mango schälen und Spalten schneiden. 4 Spalten zum Aufspießen halbieren.
2. Jede Wachtel mit 2 Rosmarinzwigen in einer Speckscheibe einwickeln, aufspießen und zu beiden Seiten je 1 Olive, 1 Crevette und 1 Mangostück aufstecken. Die Spieße mit restlicher Marinade beträufeln und im Backofen (Mitte, Umluft 180°) 15 Min. braten.
3. Zwischenzeitlich die restlichen Mangospalten mit der Butter und dem Zucker karamellisieren lassen. Die Spieße unter zweimaligem Wenden (Brustseite zum Schluss nach oben) bei höchster Grillstufe 2 Min. bräunen. Den Bratfond mit dem Geflügelfond lösen und aufkochen. Stärke mit kaltem Wasser anrühren und den Fond damit binden. Die Spieße mit den Mangoschnitzen und der Sauce servieren.