

Hähnchenspieße - perfekt gebraten



Zutaten für 6 Spieße:

ca. 300 g ausgelöste Hähnchen-
oberschenkel (3 Stück)

1 EL Öl

1 Zitrone

Besondere Hilfsmittel:

Holzspieße ca. 25 cm
(manchmal unter der Bezeich-
nung Schlaschlikspieße
erhältlich)

1. Holzspieße etwa 10 min
in Zitronensaft wässern.

2. Bereits ausgelöste
Hähnchenschenkel
ausbreiten, längs teilen und
die Hälften in Stückchen
schneiden. Locker auf
Holzspieße stecken. Ein
Hähnchenoberschenkel
reicht für 2 Spieße.

3. Eine beschichtete 28 cm
Pfanne auf Stellung 8 von 9
etwa 3-4 Minuten vor-
heizen. Mit einem knappen
EL Öl einstreichen, die
Spieße insgesamt ca. 6
Minuten braten, dabei
einmal umdrehen. Hitze
danach auf Stellung 6 von
9 zurücknehmen. In den
letzten 1-2 min einen
Deckel aufsetzen.

Hinweise:

Bereits ausgelöste
Hähnchenoberschenkel gibt
es manchmal in größeren
Supermärkten mit guten
Fleischabteilungen zu
kaufen. Sonst muss man
selber Hand anlegen.

Hähnchenspieße vor dem
Braten nicht würzen. Danach
nur dann, wenn die Sauce
dazu nicht schon gut gewürzt
ist.

Schlagworte:

mittel, Zubereitung ca. 20
min, Grundrezepte, Fleisch,
Geflügel, Huhn, international

Rezept und Foto: Walter
Stand 10.06.2024