

Gegrillte Hähnchenspieße mit Joghurt-Grillpaprika-Dip (4 Portionen)

Zutaten:

400 g Hähnchenbrustfilet
250 g Weihenstephan Joghurt 3,5 % Fett
2 EL Olivenöl
1 EL gemischte gehackte Kräuter (z.B. Petersilie, Basilikum, Rosmarin)
Salz, frisch gemahlener Pfeffer
2 rote Paprikaschoten
1 Schalotte
1 TL Senf
1 TL gehackter Thymian
1 Msp. geräuchertes Paprikapulver (ersatzweise edelsüßes Paprikapulver)
etwas Öl für die Aluschale oder zum Braten
Außerdem: Holzspieße

Zubereitung:

1. Hähnchenbrustfilet waschen und trocken tupfen. Für die Marinade 100 g Joghurt mit Öl und Kräutern verrühren und mit Salz und Pfeffer würzen. Hähnchenbrust in Stücke schneiden, auf Holzspieße aufreihen und in der Marinade ca. 30 Minuten einlegen.
2. Für den Dip Paprikaschoten halbieren, putzen, waschen und mit der Haut nach oben auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen. Im vorgeheizten Backofen unter dem Grill ca. 4-6 Minuten grillen, in Eiswasser abschrecken, die Haut abziehen und die Paprikaschoten fein würfeln. Schalotte abziehen und fein würfeln. Restlichen Joghurt mit Paprika, Schalotte, Senf und Thymian verrühren und mit Salz, Pfeffer sowie Paprikapulver würzen.
3. Hähnchenspieße leicht abtupfen, auf einer geölten Aluschale auf dem Grill oder in einer Grillpfanne zubereiten und mit Joghurt-Grillpaprika-Dip und nach Wunsch mit geröstetem Baguette servieren.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

Marinierzeit: 30 Minuten

Niveau: einfach