

DINNERLY



BBQ-Special: Madras-Hähnchenspieße mit Naan, eingelegtem Gemüse und Kokos-Dip

30-40min 2 personen

Mit diesem BBQ-Rezept reisen wir in Richtung der indischen Küche: Saftige Hähnchenstücke und Paprika werden mit Madras-Currypulver gewürzt, bevor sie mit knusprigem Naan auf der Glut des Grills landen. Damit es nicht zuu heiß wird, servieren wir die schmackhaften Spieße mit säuerlich-frisch eingelegtem Gemüse und einem cremigen Kokos-Dip.

WAT JE VAN ONS KRIJGT

- 1 rode ui
- 1 tomaat
- 1 paprika
- 3 kippendijfilets
- 1 zakje madraskruiden ¹⁰
- 1 zakje kokosrasp
- 2 naan met knoflook & koriander ¹⁷

WAT JE THUIS NODIG HEBT

- 3EL mayonaise ³
- 100ml azijn
- 1tl peper en zout
- 1tl suiker
- 20ml plantaardige olie

KOKGEREI

- barbecue of grillpan
- satéprikkers
- kleine kookpan
- kleine koekenpan
- maatbeker
- zeef of vergiet

Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

ALLERGENEN

gluten (1), eieren (3), melk (7), mosterd (10). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

VOEDINGSWAARDE PER PORTIE

calorieën 1084kcal, vet 64.7g, koolhydraten 82.2g, eiwit 41.2g



1. Gemüse einlegen

Den Grill anheizen. 4–6 Schaschlikspieße in kaltem Wasser einlegen. In einem kleinen Topf 100ml Wasser, 100ml Essig, 1TL Zucker und $\frac{1}{2}$ TL Salz zum Kochen bringen. Die **Zwiebel** schälen, halbieren und in feine Streifen schneiden. Die **Tomate** in ca. 0,5cm große Würfel schneiden. Den Topf vom Herd nehmen, die **Zwiebeln** und die **Tomaten** in die Flüssigkeit geben und ziehen lassen.



4. Naanbrot rösten

Die **Naanbrote** mit je 1TL Pflanzenöl beträufeln und auf dem Grill (oder in einer heißen Grillpfanne) 1–3Min. rösten, bis Grillstreifen entstehen. Vom Grill nehmen und abkühlen lassen.



2. Spieße herstellen

Die **Paprika** vierteln, entkernen und in ca. 2cm große Stücke schneiden. Das **Fleisch** mit etwas Küchenkrepp trocken tupfen und in ähnlich große Würfel schneiden. 2TL Pflanzenöl mit der **Gewürzmischung** und $\frac{1}{2}$ TL Salz verrühren, dann die **Paprika** und das **Fleisch** damit einreiben. Die **Paprika** und das **Fleisch** abwechselnd auf die Schaschlikstäbe spießen.



5. Spieße grillen

Die **Hähnchenspieße** bei mittlerer bis starker Hitze ca. 15Min. grillen, bis das **Fleisch** goldbraun ist, dabei die **Spieße** regelmäßig wenden. Das **eingelegte Gemüse** in ein Sieb abgießen. Die **Hähnchenspieße** und das **Gemüse** auf dem **Naanbrot** anrichten, oder das **Naanbrot** quer halbieren, um ein Sandwich zu machen. Mit dem **Kokos-Dip** servieren.



3. Kokos-Dip anrühren

Die $\frac{1}{2}$ der **Kokosraspel** in einer kleinen Pfanne ohne Zugabe von Fett bei mittlerer Hitze 1–2Min. goldbraun anrösten. Die **Kokosraspel** mit 3EL Mayonnaise und 1TL Essig verrühren und mit je 1 Prise Salz und Pfeffer würzen.



6. Essig-Upgrade

Wenn du ein wenig experimentieren willst, dann füge der Essigmischung nach Belieben Kräuter, Gewürze oder Knoblauch hinzu – so entstehen ganz neue Geschmacksnuancen! Außerdem kannst du im Kühlschrank nach Gemüse forschen, das langsam schlapp macht, und es einfach mit einlegen. Ggf. musst du etwas mehr Essigmischung aufkochen, aber das ist ja zum Glück kinderleicht.