

Hähnchen-Tomaten-Spieße

Für 2 Personen

500 g Hähnchenbrustfilet	200 g Couscous	250 g Kirschtomaten
3 EL Tomatenmark	2 EL flüssigen Honig	2 EL Worcester-Soße
200 ml Geflügelfond	2 Zweige Rosmarin	1 Bund glatte Petersilie
1 Bund Thymian	Salz	Pfeffer, schwarz

Das Hähnchenfleisch waschen, trocken tupfen, in etwa drei zentimeterdicke Würfel schneiden und in eine Schüssel geben. Einen Zweig Rosmarin abzupfen und kleinhacken. Das Tomatenmark, den Honig, die Worcester-Soße und den Rosmarin verrühren und zwei Drittel der Soße über das Geflügel geben. Das Ganze gut vermengen, bis die Hähnchenfilets gleichmäßig mit der Soße bedeckt sind. Die Holzspieße in Wasser einlegen, damit sie später nicht anbrennen. Das Hähnchenfleisch und die Kirschtomaten abwechselnd auf Holzspieße spießen und die übrige Soße darauf verteilen. Die Spieße in eine heiße Grillpfanne geben, etwa zehn Minuten darin grillen und mit Salz und Pfeffer würzen. Den Couscous in eine Schüssel geben und den Geflügelfond nach und nach dazu gießen, bis der Couscous die Flüssigkeit vollständig aufgesogen hat. Den übrigen Rosmarin, die Petersilie und den Thymian abzupfen und kleinhacken. Die Kräuter mit dem fertigen Couscous vermengen. Einen Rosmarinzwig für die Garnitur aufheben. Die Hähnchen-Tomaten-Spieße zusammen mit dem Couscous auf Tellern anrichten und mit dem Rosmarinzwig garnieren.

Christoph Lenger am 15. Juli 2010