

Marinierte Hähnchen-Spieße mit Orangen-Feigen-Soße

Für zwei Personen

Für das Hähnchenspieß:

250g Hähnchenbrustfilet

Für die Marinade:

1 EL Currypulver	1 TL gem. Koriander	1 TL Kurkuma
1 TL gem. Kümmel	1 TL Zimt	2 getr. kleine Chilischoten
1 EL Sojasauce	1 Limette	Ingwerknolle, ca. 2 cm
Olivenöl		

Für die Orange-Feigen-Sauce:

5 Orangen (Filets, Saft)	1 Limette	6 Feigen
$\frac{1}{2}$ rote Chilischote	$\frac{1}{2}$ grüne Chilischote	1 EL Honig
1 Msp. Zimt	1 Msp. gemahlener Koriander	

Für das Taboulé:

100 g Couscous	100 g Kirschtomaten	1 Gurke
1 grüne Paprika	2 Frühlingszwiebeln	2 Zitronen (Saft)
50 g Mais (Dose)	$\frac{1}{2}$ Bund Minze	$\frac{1}{2}$ Bund glatte Petersilie
2 EL Olivenöl	Salz	Pfeffer

Für das Hähnchenspieß:

Hähnchenbrust waschen, trocken tupfen und in Stücke schneiden. Für die Marinade Gewürze und Chilischoten in einem Mörser geben und fein mahlen. Limette halbieren und den Saft einer Hälfte auspressen. Ingwer schälen, fein reiben und mit der Sojasauce sowie dem Limettensaft zugeben. Marinade verrühren. Fleisch auf Spieße stecken und mit der Marinade bepinseln. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Spieße unter Wenden darin ca. 8 Minuten goldbraun braten.

Für die Orange-Feigen-Sauce:

2 Orangen schälen und filetieren. Feigen grob zerkleinern, Chilischoten der Länge nach aufschneiden, Kerne entfernen und fein würfeln. 3 Orangen halbieren, Saft auspressen und ca. 125 ml dabei auffangen. Limette halbieren, Saft auspressen. Orangen- und 3 EL Limettensaft mit Honig in einen Topf geben und verrühren. Ca. 15 Minuten zu einem Sirup einkochen lassen. Chilischoten zugeben, mit Zimt und Koriander würzen. Feigen und Orangenfilets mit der Sauce mischen.

Für das Taboulé:

Den Couscous in eine Schüssel geben, mit dem 125 ml lauwarmes Wasser übergießen, salzen und ruhen lassen. Tomaten, Gurke, Paprika und Frühlingszwiebel waschen und trocken tupfen. Gurke schälen. Paprika vierteln und Scheidewände und Kerne entfernen. Frühlingszwiebeln von den äußeren Blättern befreien und Wurzel abtrennen. Tomaten, Gurke, Paprika und Frühlingszwiebeln in klein schneiden. Minze und Petersilie abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Tomaten, Gurke, Paprika, Frühlingszwiebeln, Minze und Petersilie in einer Schüssel vermengen. Zitronen halbieren, auspressen und Saft auffangen. Couscous und Mais unterheben. Mit Olivenöl, Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken.

Marinierter Hähnchenspieß mit Orangen-Feigen-Sauce und Minz-Taboulé auf Tellern anrichten und servieren.

Genevieve Soler am 02. August 2017