Joghurt-Marinade

Für 2 Hähnchenbrustfilets

100 g griech. Joghurt, 10%	15 g Zitronensaft	15 g Tomatenmark
25 g Olivenöl	10 g Koriander	2 g Kreuzkümmel
1 g Kurkuma gemahlen	1 Knoblauchzehe	1 EL Ahornsirup
Salz, Pfeffer		

Alle Zutaten in einer Schüssel gut durchmischen.

Knoblauch schälen, in feine Würfel schneiden und hinzufügen.

Danach Koriander in dünne Streifen schneiden und ebenfalls dazugeben.

Hähnchen unter fließend kaltem Wasser abwaschen und mit Küchenpapier trocken tupfen.

Hähnchen großzügig mit der Marinade einreiben und über Nacht im Kühlschrank marinieren lassen.

NN am 15. Juli 2025