



WANDERN SCHOTTLAND Rezept des Monats Juni

Jerk Chicken

von Andrea Hess

Ein schnelles, leckeres Rezept für würzige Hähnchenkeulen, die man für eine Einladung prima am Tag zuvor vorbereiten kann.

Zutaten (für 8 Personen)

150 g	Zwiebeln
50 g	frische Ingwerwurzel
3 – 6	grüne Chilischoten
1 TI	getrockneter oder frischer Thymian
½ TI	Muskatnuss
1 TI	Zimtpulver
1-2 TI	Piment
½ TI	Nelkenpulver
2 Eßl	Öl
2 Eßl	frisch gepresster Limettensaft
8	Hähnchenkeulen à ca. 225 g

Zubereitung

1. Die Zwiebeln grob schneiden. Den Ingwer schälen und grob zerschneiden. Die Chilischoten halbieren.
2. Alle vorbereiteten Zutaten mit den restlichen Zutaten mischen und in der Küchenmaschine pürieren.
3. Die Hähnchenkeulen mehrmals mit dem spitzen Messer anpieken, mit der Marinade vermengen und 2 Stunden oder über Nacht im Kühlschrank marinieren.
4. Keulen nach Geschmack salzen und mit der Haut nach oben auf ein gefettetes Blech legen und im vorgeheizten Ofen 40 Minuten bei 200 °C backen.
5. Gegen Ende der Backzeit die Hitze auf Grill umschalten und einige Minuten bräunen.

Tipp: Dazu passt eine Wildreismischung oder Couscous.

Viel Spass und Guten Appetit!