

Tandoori-Hähnchen

Zutaten:

500 g Hühnerunterkeulen
2 EL Tandooripaste (Pasco)
2 EL türkischer Joghurt

Zubereitung:

Muss am Vortag eingelegt werden: Hähnchen enthäuten und mit einer Mischung aus Tandooripaste und türkischem Joghurt gut vermischen und in einer Schüssel verschlossen im Kühlschrank einlegen, am besten über Nacht.

Die Keulen mit der daran haftenden Soße auf ein Backpapier/Rost legen und im vorgeheizten Backofen ca. 20-30 Minuten bei 220°C garen

Schmeckt auch kalt, besonders lecker in Verbindung mit dem arabischen Reis und dem Minz-Knoblauch-Joghurt.

Man kann das Huhn auch durch Fischfilet (kürzere Garzeit) oder Tofu ersetzen, so erhält man eine vegetarische Variante.