



## Gegrillte Hähnchenspieße mit Mango und Kokosnuss

Dieser exotischer Mix von Aromen begeistert Kinder, Eltern und Großeltern.

Wenn Sie Spieße machen möchten, brauchen Sie acht Bambusspieße gut gewässert.

Wenn Ihnen die Arbeit mit den Spießen zu aufwendig ist, können Sie auch ganze Hähnchenschlegel für das Rezept verwenden.

**Zutaten** für 4 Personen:  
800g Hähnchenbrustfilet, ausgelöst, in 3cm Stücke geschnitten  
1/2 Tasse Mango Chutney (aus dem Supermarkt)  
1 Esslöffel Erdnussbutter  
1 Esslöffel Sojasauce  
270ml-Dose Kokosnussmilch  
100g Salatmix  
3 Radieschen, dünn geschnitten  
1 Salatgurke, geschält, in Scheiben geschnitten  
2 Teelöffel Salatdressing

**Schritt 1:** Die Hähnchenteile gleichmäßig auf die Bambusspieße stecken, Mango Chutney, Erdnussbutter und Sojasauce in einer Schüssel mischen, damit einem kleinen Teil die Hähnchenteile gleichmäßig bepinseln, den anderen Teil beiseitestellen.

**Schritt 2:** Eine Barbecuepfanne auf dem Grill erhitzen und die Hähnchenspieße von allen Seiten gleichmäßig grillen, bis sie leicht gebräunt und gar sind.

**Schritt 3:** In der Zwischenzeit Mangomarinade mit Kokosnussmilch vermischen, erhitzen und circa 6 – 8 Minuten einkochen bis die Sauce leicht dick geworden ist.

**Schritt 4:** Salatmischung, geschnittene Gurke und Radieschen auf die Teller geben und mit der Salatsauce beträufeln, gegrillte Hähnchenspieße dazu legen und nach Belieben Mango-Kokosnuss-Sauce darüber verteilen, die restliche Sauce in einer Schüssel dazu stellen.



## Gegrillter Mais mit Tomaten und Mandeln

Nur wenige Zutaten und ein bisschen Kreativität braucht man für dieses vegetarische Rezept

**Zutaten** für 4 Personen  
200g Cherry-Tomaten, geviertelt  
1 Schalotte, in feine Scheiben geschnitten  
2 Esslöffel Olivenöl  
1 Teelöffel Weinessig oder ausgepresste Zitrone  
4 Maiskolben  
1/2 Tasse Basilikumblätter  
1/4 Tasse geschälte und geröstete Mandeln

**Schritt 1:** Tomate, Schalotte, Öl, Essig oder Zitronensaft in einer Schüssel vermischen. Mit grobem Meersalz und frisch gemahlenem Pfeffer würzen, abdecken und bis zum Gebrauch in den Kühlschrank stellen.

**Schritt 2:** Erst die Maiskolben halbieren dann in der Mitte teilen, mit Olivenöl bepinseln und mit grobem Meersalz und frischem Pfeffer würzen.

**Schritt 3:** Die Maishälften zuerst mit der Körnerseite auf den Grill legen, nach ca. 5 Minuten wenden und weitere 5 Minuten garen. Solange auf dem Grill lassen, bis die Körner weich sind.

**Schritt 4:** In der Zwischenzeit Basilikumblätter und Mandeln zur Salatmischung geben und vorsichtig mischen.

**Schritt 5:** Mais auf den Tellern platzieren, den Salat darüber verteilen und gleich servieren.



## Gegrillte Entenbrust mit Orangensauce

Ein klassisches Entenrezept modern auf dem Grill zubereitet.

**Zutaten** für 4 Personen:  
4 (200g) Entenbrustfilets  
2 Knoblauchzehen geviertelt  
8 Flache circa 1cm große Stücke frischen Ingwer

**Zutaten** für die Orangensauce:  
1 große Orange – in Stücken filetiert  
1 große Orange frisch zu Saft gepresst  
60gr brauner Zucker  
3 Esslöffel Wasser  
1/4 Tasse (60ml) Rotweinessig  
1 Tasse (360ml) Hühnerbrühe  
2 Esslöffel Orangenmarmelade  
2 Esslöffel Orange Colombo

**Schritt 1:** Alle Zutaten für die Orangensauce in einen Topf geben und zu einer dicklichen Sauce einkochen.

**Schritt 2:** Entenstücke von beiden Seiten mit grobem Meersalz und frisch gemahlenem Pfeffer würzen. Die fette Oberhaut der Entenbrust vorsichtig mit der Gabel einstechen, auf der Fett- und Unterseite der Brust kleine Taschen einritzen, die Knoblauchzehen und die Ingwerstücke gleichmäßig hineinstecken.

**Schritt 3:** Die Barbecuepfanne erhitzen und die Entenbrüste auf beiden Seiten grillen bis sie gar sind, vom Grill nehmen und in 1 cm breite Scheiben schneiden.

**Schritt 4:** Die Entenstücke auf den Tellern verteilen und mit der warmen Orangensauce begießen. Gekochten Reis dazu servieren.