Pollo de fuego

Feuriges Hühnchen, wie es sein muss! Außen voller intensive Röstaromen, innen zartes Fleisch. Mein Pollo de fuego schmeckt dank der raffinierten Marinade wie von Flammen geküsst. Der Schärfegrad? So dass es die Zunge kitzelt, aber es dir nicht die Tränen in die Augen treibt. Das perfekte Rezept für sommerliche Grillabende und Taco-Nächte mit Freunden.



Pollo de fuego | Foto: Linda Katharina Klein

Zutaten (2 Portionen): 2 Bio-Hähnchenbrustfilets (jeweils ca. 250 Gramm) oder 500 Gramm veganes Hähnchen | 1 rote Paprika | 1 Zwiebel | 2 Knoblauchzehen | 1 Limette | 50 Gramm Joghurt | 1 Esslöffel scharfes Paprikapulver | 1 Teelöffel Kreuzkümmel | 1 Teelöffel Cayennepfeffer | 1 Teelöffel mildes Chilipulver | 2 Esslöffel Salz | 2 Esslöffel Olivenöl



Pollo de fuego | Foto: Linda Katharina Klein
Zubereitung (1 Tag): 1. Hähnchen waschen, trocken tupfen und in Steifen schneiden. 2. Zwiebel schälen und in grobe Streifen schneiden. 3. Paprika waschen und in Streifen schneiden. 4. Knoblauch schälen und mit der flachen Messerschneide andrücken. 5. Limette auspressen. 6. Hühnchen mit der Zwiebel, dem Knoblauch, der Paprika, dem Limettensaft, dem Joghurt und den Gewürzen vermengen und am besten über Nacht im Kühlschrank marinieren. 7. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. 8. Das Hähnchen, die Zwiebeln und die Paprika aus der Marinade nehmen und in kleinen Portionen scharf anbraten.

Dazu passt hervorragend: Mais-Tortillas, Mexikanische Guacamole oder Mole Poblano! Jetzt mehr mexikanische Rezepte und weitere Rezepte mit Huhn entdecken!

Nährwerte/Portion: 467 Kalorien | 16,6 Gramm Fett | 12,5 Gramm Kohlenhydrate | 61,1 Gramm Eiweiß