Tavuk Pirzola

Knusprige Haut, zartes Fleisch, rauchiges Holzkohle-Aroma. Tavuk Pirzola ist türkisch mariniertes Hähnchenkotelett, das meistens über Holzkohle gegrillt und mit Bulgur-Gemüse serviert wird. In einer Mischung aus Joghurt, Paprikamark und Gewürzen über Nacht eingelegt, werden die Hähnchenkoteletts so nicht nur besonders aromatisch, sonders das Fleisch auch extra zart. Über Holzkohle gegrillt erhält das Hähnchen schließlich sein typisches Aroma. Alternativ kann es aber auch in einer Pfanne zubereitet werden.



Tavuk Pirzola | Foto: Linda Katharina Klein
Zutaten (2 Portionen): 4 (entbeinte) Hähnchenschenkel (circa 1,2 Kilogramm) | 150 Gramm Joghurt | 75 Gramm Paprikamark | 1 Esslöffel Salz | 1 Esslöffel Currypulver | 1 Esslöffel Kreuzkümmel | 1 Teelöffel Pfeffer | 1 Esslöffel Pul Biber | Ggf: 20 Gramm Sonnenblumenöl



Tavuk Pirzola | Foto: Linda Katharina Klein
Zubereitung (12 Stunden): 1. Joghurt und Paprikamark mit den Gewürzen vermengen. 2. Hähnchenschenkel (falls noch nicht nicht geschehen) entbeinen. 3. Hähnchenschenkel mit der Joghurt-Marinade einmassieren und über Nacht marinieren lassen. 4. Hähnchenschenkel aus der Marinade nehmen und über Holzkohle (alternativ mit etwas Sonnenblumenöl in einer sehr heißen Grillpfanne) von allen Seiten braten. 5. Sofort servieren.

Hierzu passen hervorragend: Dünnes Fladenbrot, Gemüse-Bulgur, Joghurt-Sauce mit Minze! Jetzt noch und weitere Rezepte mit Huhn, gleich alle Fleischrezepte oder mehr orientalische Rezepte entdecken!

Nährwerte/Portion: 790 Kalorien | 48,3 Gramm Fett | 27,2 Gramm Kohlenhydrate | 61,9 Gramm Eiweiß