



1. Vorspeise

«Surf & Turf»

Maishähnchenbrust und Riesengarnele mit gepoppter Knoblauchkruste, gegrilltem mediterranem Gemüse und Kräuter-Aioli

Rezept für 4 Portionen

Zutaten

Für die Maishähnchenbrust:

4 Riesengarnelen
4 Maishähnchenbrüste (à ca. 180-200 g mit Haut und Knochen)
1 TL Tandoori-Paste
Abrieb und Saft von 1 unbehandelter Limette
1 TL brauner Rohrzucker
feines Salz
Chili, aus der Mühle
8 Zahnstocher in Wasser eingeweicht
Pflanzenöl, zum Einpinseln des Grillrosts
2 EL Honig

Für die Kruste:

1 grosse Dose Kichererbsen (ca. 800 g Füllmenge)
50 g Popcorn Mais
1 EL Pflanzenöl
granulierter Knoblauch
Rosenpaprikapulver
feines Salz
Zucker
schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für das Grillgemüse:

1 rote Paprika
½ kleine gelbe Zucchini
½ kleine grüne Zucchini
100 g Austernpilze
Saft von ½ Zitrone
2 Zweige Thymian
2 Zweige Rosmarin
½ Dose abgetropfte Kichererbsen
50 ml Olivenöl
feines Salz
schwarzer Pfeffer, aus der Mühle



Für die Kräuter-Aioli:

50 g geputzte «Frankfurter Grüne Sauce»-Kräuter
(Pimpernelle, Gartenkresse, Schnittlauch, Kerbel, Borretsch, Petersilie, Sauerampfer)
2 Knoblauchzehen
2 Eigelb
10 g feiner Dijon Senf
Saft von ½ Zitrone
200 ml Pflanzenöl
feines Salz und Chili, aus der Mühle

Grillrost mit Öl einpinseln

Zubereitung und Anrichten

SCHRITT 1 (ca. 5 Minuten)

In die Hähnchenbrust eine Tasche schneiden. Die Garnele mit Salz würzen hineinlegen und mit Zahnstochern schliessen.

Die Kichererbsendose öffnen, Kichererbsen abschütten und die Papierbanderole entfernen. Anschliessend die Dose trocknen. Das Pflanzenöl mit dem Mais in die Dose geben und mit Deckel verschliessen.

Die geschlossene Kichererbsen-Dose direkt auf die Glut setzen und den Mais mit offenem Grilldeckel aufpoppen lassen. (Gelegentlich schütteln).

Die Paprika vierteln und entkernen. Die Zucchini in ein Zentimeter dicke Scheiben schneiden. Den Rosmarin und den Thymian zupfen und fein schneiden.

SCHRITT 2 (ca. 5 Minuten)

Die Maishähnchenbrüste mit der Tandoori-Paste einreiben.
Maishähnchenbrüste mit Salz und Chili würzen und bei 180 -200 Grad (**bei indirekter Hitze**) 10-12 Minuten mit geschlossenem Deckel grillieren.

Für die Aioli: Eigelb zusammen mit Senf und Zitronensaft verrühren und mit Salz und Chili würzen. Pflanzenöl unter ständigem Rühren tröpfchenweise hineinlaufen lassen, bis eine cremige Aioli entsteht.

Die Paprika, die Zucchini, die Pilze und den Zitronensaft, mit der **Hälfte des** Olivenöls in einer Schüssel vermengen und mit Salz würzen.



SCHRITT 3 (ca. 12 Minuten)

Den Rohrzucker, den Limettenabrieb und den Limettensaft verrühren und damit die Maishähnchenbrüste einpinseln. Die Maishähnchenbrüste bei **indirekter Hitze** und geschlossenem Deckel weitere sechs bis acht Minuten fertig grillieren.

Aioli: Die Kräuter in feine Streifen schneiden. Knoblauch schälen und fein hacken. Kräuter und Knoblauch zur Aioli geben ggf. erneut abschmecken.

Kruste: Sobald der Mais fertig ist, leicht erkalten lassen, in den Frühstücksbeutel geben und zerstoßen. Anschliessend mit Knoblauch, Paprika, Salz, Zucker und Pfeffer würzen.

Das Gemüse auf dem Grill bei **direkter Hitze** von beiden Seiten grillen, bis ein Muster entsteht.

Das Gemüse vom Grill nehmen, die Kichererbsen hinzufügen und das Ganze mit Salz, Pfeffer, Rosmarin und Thymian abschmecken. Alternativ kann noch weiteres Olivenöl hinzugefügt werden.

ANRICHTEN: (ca. 3 Minuten)

Die fertigen Maishähnchenbrüste mit Honig einstreichen und mit der Hautseite in der Kruste wälzen. Dann Anrichten.



Grillutensilien

Grill, möglichst mit Haube
Grillzangen
Paar Grillhandschuhe
Rollen Küchenkrepp
Küchenhandtücher
Esslöffel, zum Probieren
Mülleimer

Hardwareliste für die Maishähnchenbrüste/Kruste:

1 Schneidebrett
1 Kochmesser
1 Schinkenmesser
1 kl. Küchenmesser
3 kleine Küchenschüssel 18 cm (Garnelen, Öl, Rohrzucker + Limette)
1 mittlere Küchenschüssel 24 cm (Hähnchen marinieren)
1 Pinsel
1 feine Reibe
1 Zitronenpresse
1 Teller, zum Herunternehmen des Hähnchens
1 Rolle Alufolie
1 Dosenöffner
1 verschliessbarer Plastikbeutel (MINDESTENS 1 Liter Fassungsvermögen)

Hardwareliste für das Gemüse:

1 Schneidebrett
1 Kochmesser
1 kl. Küchenmesser
1 Zitronenpresse
1 mittlere Küchenschüssel, 16-24 cm
1 grosse Küchenschüssel, zum Marinieren vom Gemüse
1 Teller, zum Herunternehmen des Gemüses
1 feines Sieb, zum Abtropfen der Kichererbsen

Hardwareliste für die Aioli:

1 Schneidebrett
1 Kochmesser
1 Zitronenpresse
1 kl. Küchenmesser
1 Schneebeesen
3 kleine Küchenschüsseln (Kräuter, Eier trennen)
1 Küchenschüssel mit rundem Boden 22 cm (zum Aufschlagen der Aioli)
1 Gummispatel