

Hähnchen-Spieße mariniert mit Spaghetti

Für 2 Portionen

| | | |
|---------------------|------------------|------------------|
| 250 g Hähnchenfilet | 6 Jungzwiebel | 2 Knoblauchzehen |
| 150 g Joghurt | 1 TL Oregano | 0.5 TL Thymian |
| 120 g Spaghetti | 400 g Tomaten | 1 Stk Zwiebel |
| 200 g Brokkoli | 2 Msp. Basilikum | Olivenöl |
| Salz, Pfeffer | | |

Das Fleisch in würfelige Stücke schneiden. Fein gehackte Knoblauchzehen, Joghurt, Oregano und Thymian für die Marinade vermischen, Fleisch darin wenden und ca. 1 Stunde darin ziehen lassen. Danach das Fleisch abtropfen lassen.

Jungzwiebeln in Stücke schneiden, abwechselnd mit dem Fleisch auf Spieße stecken.

Tomaten in Spalten schneiden. Zwiebel hacken, in Öl glasig anschwitzen. Tomaten zugeben, salzen, pfeffern und ca. 6 Minuten köcheln. Mit Oregano, Basilikum, Salz und Pfeffer würzen.

Die Spaghetti in Salzwasser bissfest kochen und den Brokkoli weich dämpfen. Spaghetti mit Sauce und Brokkoli vermischen. Spieße in einer Grillpfanne mit wenig Öl braten, salzen und auf den Spaghetti anrichten.

NN am 01. August 2022