

## Hähnchen-Marinade

### Für 2 Portionen

1 EL Honig	3 EL Olivenöl	3 EL Sojasauce
3 EL Weißwein, halbt.	1 EL Balsamico	1 EL Zitronensa
1 TL, gehäu. Senf	2 TL Tomatenmark	2 Knoblauchz, gepresst
1 TL, gehäu. Rosmarin	1 TL, gehäu. Oregano	$\frac{1}{2}$ TL Zimt
1 TL Salz	1 TL Pfeffer	1 TL Paprikapulver, edelsüß
2 Chilischoten, getrock.		

Alle Zutaten, zerkleinert, nach und nach zusammenfügen und gut vermengen. Bei den Kräutern auf frische Sachen zurückgreifen - in getrockneter Form geht dies aber auch; hier empfiehlt es sich, die getrockneten Zutaten in einem Mörser zu zermahlen.

### **Tipp:**

Es können je nach Geschmack die Mengen variiert werden.

Wichtig ist nur, dass eine dickflüssige Marinade entsteht.

Die Menge reicht für 800 g Hähnchenbrustfilet oder Schweinesteaks (Nacken oder Filet). Dafür das Fleisch von allen Seiten damit einpinseln und bis zum Zubereiten mindestens 2 Stunden ruhen lassen. Optimal wäre, alles über Nacht durchziehen zu lassen.

NN am 25. Juni 2025