



Pouletschenkel Provence an Kräuter Marinade mit fruchtigem Sommer Salat

Gegrillt von Anja Zeidler und Lukas Wyler

Fleisch:

4 Stk. Pouletschenkel

Die Pouletschenkel auslösen und gleichmässig, sorgfältig klopfen. Mit dem Messer kleine Schnitte in das Fleisch schneiden.

Marinade:

1 EL Lavendel
1 EL Thymian
1 EL Knoblauchpulver
1 EL Estragon
1 EL Majoran
1.5 dl Olivenöl

Das Fleisch mit der Marinade eine Stunde in einem Beutel einziehen lassen.

Mit Meersalz würzen und grillen. Am besten mit einem schweren Gegenstand beschweren, damit es schön flach und knusprig wird.

Beilage:

2 Stk. Peperoni
Einige Cherrytomaten
Etwas Baby-Blattspinat
10 Stk. Himbeeren
1 EL Senfrüchte
1 Zitrone
Salz
Olivenöl

Peperoni auf dem Grill rösten. Dann die Haut abziehen und die Peperoni in Streifen schneiden. Die geschnittene Peperoni mit halbierten Cherrytomaten, Baby-Blattspinat, und Himbeeren in eine Schüssel geben. Die Senfrüchte hacken und mit dem Saft der Zitrone und Salz vermischen. Je nach Belieben noch ein wenig Olivenöl dazu und alles direkt auf dem Poulet anrichten.