Marinierter Hähnchen-Schenkel mit Hummus



Schön marinierter und gewürzter Hähnchen-Schenkel

Geflügelteile kann man unterschiedlich zubereiten. Grillen, braten, schmoren oder frittieren. Dazu kann mal dann die Geflügelteile vorher schön marinieren, mit Paprika und/oder Kräutern.

Diese Hähnchen-Schenkel mit Rückenstück werden vor dem Garen in einer Marinade mit Olivenöl, getrocknetem Rosmarin, Salz und Pfeffer mariniert.

Dann in einer Weißwein-Sauce gegart.

Parallel dazu bereit man den Hummus zu. Dieser ist ja aus der arabischen und orientalischen Küche bekannt. Also aus dem Nahen Osten, der arabischen Halbinsel, einigen Ländern in Afrika und auch Asien.

Es ist eine cremige, sämige und streichbare Masse aus vorwiegend Kichererbsen und Sesamöl. Dazu Wasser, Olivenöl und

einige Gewürze.

Man isst ihn unter anderem auch als Aufstrich auf Brot oder Schrippen.

Hier fungiert er als Beilage zu den gegarten Hähnchenschenkeln. Zwar kalt, aber das tut dem Geschmack keinen Abbruch.

Marinierter Hähnchen-Schenkel mit Hummus

24. Oktober 2021
von Thobie
Personen
2
Zubereitungszeit
2 Stunden
Garzeit
15 Minuten
Gesamtzeit
2 Stunden, 15 Minuten



Zutaten

- 2 Hähnchen-Schenkel mit Rückenstück
- getrockneter Rosmarin
- Salz
- Pfeffer
- Olivenöl
- Riesling

Für den Hummus:

- Grundrezept

Anleitung

1. Eine Marinade mit Olivenöl, Rosmarin, Salz und Pfeffer in einer Schüssel zubereiten.
2. Hähnchen-Schenkel darin marinieren und einige Stunden im

Kühlschrank ziehen lassen.
3. Eine große Pfanne mit Deckel auf dem Herd erhitzen.
4. Riesling hineingeben und erhitzen.
5. Schenkel hineingeben und zugedeckt bei mittlerer Temperatur 15 Minuten garen.
6. Hummus schön auf zwei Tellern anrichten.
7. Jeweils einen Schenkel dazugeben.
8. Servieren. Guten Appetit!

© 2026 ©Thomas Biedermann
https://www.nudelheissundhos.de/2021/10/24/marinierter-haehnchen-schenkel-mit-hummus/