

REZEPT-TIPP

Geröstete Möhren mit Ahornsirup und Senf

Zutaten:



- 900 g Möhren
- 2 EL Knoblauchöl
- 2 EL Ahornsirup
- 1 EL körniger Dijon-Senf
- 1/2 EL Miso-Paste
- 1/2 EL Reisweinessig
- 1 EL Sojasoße
- 1 EL frische Thymianblätter



Anleitung:



1. Den Backofen auf 200 °C vorheizen und für indirektes Grillen vorbereiten. **2.** Die Möhren schälen und putzen, auf die gewünschte Länge schneiden und zu dicken Stücken halbieren. **3.** Knoblauchöl, Ahornsirup, Senf, Miso-Paste, Essig und Sojasoße in einer Schüssel verrühren. Die Möhren in der Schüssel mit der Soße vermischen und anschließend auf ein Backblech geben. **4.** Bei indirekter Hitze 40 Minuten rösten bis sie gabelzart sind. Nun nur noch mit den Thymianblättern bestreuen und sofort servieren.

GUTEN APPETIT!

REZEPT-TIPP

Mexikanisches Grillhähnchen

Zutaten:

- 1 Grillhähnchen
- 1 1/2 EL Chilipulver
- 1 1/2 EL frischer Oregano
- 1/2 TL Zimt
- 2 Knoblauchzehen
- 1 TL Salz
- 2 EL Rotweinessig
- Saft einer halben Orange



Anleitung:

1. Den Grill auf 190 °C vorheizen. **2.** Das Hähnchen in Schmetterlingsform bringen, indem Sie die Wirbelsäule mit einer Geflügelschere entfernen. Anschließend das Hähnchen wenden und zwischen die Brust drücken, um es zu plattieren. **3.** Das Chilipulver, Oregano, Zimt, Knoblauch, Salz, Rotweinessig und den Orangensaft vermischen und das Fleisch von innen, außen und unter der Haut mit der Marinade einreiben. **4.** Das Hähnchen 15 bis 20 Minuten garen bis die Haut gut braun ist, dann wenden. **5.** Wenn das Hähnchen eine Kerntemperatur von etwa 74 °C erreicht hat, ist es gar. **6.** Vor dem Aufschneiden und Servieren 10 Minuten ruhen lassen.

GUTEN APPETIT!