

Poulet „asiatisch mariniert“ an Salbei-Sauce (4 Personen)

4 Pouletschenkel,
Knochen ausgelöst

Poulet in zwei Teile schneiden.

knapp 1/2 dl Olivenoel
1 KL Sojasauce
2 Knoblauchzehen, gepresst
1 Zitronengrassängel fein geschn.
1/2 KL Kurkuma, wenig Pfeffer
4 Zeige Koriander, geschnitten

Marinade

Alle Zutaten für die Marinade mischen und das
Fleisch nach Möglichkeit einige Stunden
marinieren.

Salz

Braten

Marinade etwas abstreifen, Fleisch salzen.
Zuerst Hautseite braten, dann wenden.
(total ca. 12–15 Min.) Im Ofen nachgaren.

1 Schalotte, fein gehackt
2 Zweiglein Salbeiblätter, geschn.
1 Prise Zucker
1 dl Gemüsebouillon

Salbei-Sauce

Alle Zutaten im Olivenoel andämpfen, mit
Bouillon ablöschen und etwas einköcheln lassen.

180 g griechischer Joghurt, nature
Salz, Cayennepfeffer

Joghurt zugeben und die Sauce abschmecken.