



Haehnchenbrust, mariniert (Grill)

fuer 2 Personen

Zutaten

1 El Sojasauce
1 Tl Sambal
2 El Honig
2 El Oel, Sesam-
4 El Orangensaft
500 g Haehnchenbrustfilet

Haehnchenbrust in Mehl waelzen, in Auflaufform geben und mit der Haelfte der Marinade begieÃŸen; bei 300 Grad 10 Minuten unter den Grill; Haehnchenbrustfilet umdrehen, mit restlicher Marinade begiessen und weitere 10 Minuten grillen