

Haehnchenbrust, mariniert (Grill)

fuer 2 Personen

Zutaten

- 1 El Sojasauce
- 1 TI 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 begieÄŸen; bei 300 Grad 10 Minuten unter den Grill; Haehnchenbrustfilet umdrehen, mit restlicher Marinade begiessen und weitere 10 Minuten grillen