



# Gegrilltes Zitronenhähnchen

Zeit gesamt  
30min

Zubereitungszeit  
30min

Schwierigkeit  
Einfach



## Zutaten

für 4 Portionen

Hähnchenbrustfilets	600 g
Zitronen	2 St.
Thymian, frisch	10 g
Olivenöl	3 EL
Kurkuma	0.5 TL
Salz	
Pfeffer, schwarz	

## Zubereitung

Hähnchenbrust waschen und trocken tupfen. [Zitronen](#) waschen, eine Zitrone in dünne Scheiben schneiden, andere Zitrone halbieren und Saft auspressen. Thymian waschen, trocken schütteln und Blättchen von den Stielen streifen.

In einer Schüssel Olivenöl mit 2 EL Zitronensaft, Thymian, Kurkuma, Salz und Pfeffer verrühren. Hähnchenbrust und Zitronenscheiben darin min. 10 Min. marinieren.

Grill anheizen. Hähnchenbrust aus der Marinade nehmen und auf dem heißen Grill ca. 4 Min. goldbraun [grillen](#). Etwas von der Hitze wegziehen und ca. 5 Min. zu Ende grillen. Zitronenscheiben ebenfalls aus der Marinade nehmen und ca. 3 Min. grillen.

Gegrilltes Zitronenhähnchen in Scheiben schneiden. Gegrillte Zitronenscheiben auf einem Teller verteilen und gegrilltes Zitronenhähnchen darauf servieren.

Guten Appetit!

Tipp: Dazu passt ein [Panzanella-Salat mit Melone und Grillkäse](#)

## Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	323 kcal		
Kohlenhydrate	7 g	Ballaststoffe	2 g
Eiweiß	32 g	Fette	19 g