

# Ananas-Hähnchen mit Pomelo und Spitzkohl

## für das Hähnchen

1 große Ananas  
500g Hähnchenbrustfilet  
2 Schalotten  
2 Knoblauchzehen  
2 Thymian-Zweige  
2 unbehandelte Limetten  
2 EL Thai Currypaste  
2 EL fein gehackten Ingwer  
1 EL fein geschnittene Chili  
Salz, Pfeffer

Außerdem: Wickeldraht aus dem Bastelladen/ Baumarkt

## Für den Salat

1/2 Spitzkohl  
1 rote Paprika schälen  
1 gelbe Paprika schälen  
1 rote Zwiebel  
1/4 Pomelo  
4- 5 Korianderzweige  
3- 4 Minzzweige  
50g gesalzene Erdnüsse  
4 EL Sweet Chili Soße  
2 EL Soja Soße  
4 EL Sesamöl  
3 EL Sonnenblumenöl  
2- 3 EL Reisessig  
Salz, Pfeffer, Zucker  
Junglauch als Deko

1. Die 1/2 Ananas in sehr dünne Scheiben schneiden die andere Hälfte von der Schale befreien und das Fruchtfleisch in Würfel schneiden. Den Grill für mittlere bis starke Hitze vorbereiten. Auf der Oberseite der Hähnchenbrust eine Tasche schneiden.



FORUM FÜR KOCHKULTUR & LEBENSART

Johann Lafers Table d'Or GmbH & Co. KG · Hauptstraße 3 · 55452 Guldental

Tel.: 0 67 07 - 94 95-0 · Fax: 0 67 07 - 94 95-45

Amtsgericht Bad Kreuznach · HRA Nr. 20561 · Sitz Guldental · Geschäftsführer: Johann Lafer

www.lafer.de · e-Mail: tabledor@lafer.de

© Johann Lafer

LA FER

TABLE D'OR



2. Schalotten und Knoblauch schälen und würfeln. Thymian waschen, trocken schütteln und die Blätter abzupfen. Schalotten, Knoblauch, Thymian, Limettenabrieb, Ingwer, Chili zu einer Masse verrühren und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Masse in die Hähnchenbrust füllen, mit zwei Scheiben Ananas belegen und mit Wickeldraht binden.
3. Die gefüllten Hähnchen mit geschlossenem Deckel bei indirekter Hitze ( 180-200°C ) 20- 25 Minuten Grillen.
4. Pomelo großzügig schälen, das Fruchtfleisch in Segmente zerpfücken. Ananaswürfel und Pomelo in eine Schüssel geben. Spitzkohl und den bunten Paprika, rote Zwiebel, in feine Streifen schneiden und dazu geben. Koriander und Minze zupfen, grob hacken und mit den Erdnüssen in den Salat geben. Den Salat mit Reisessig, Sesamöl, Sonnenblumenöl, Soja Soße, Sweet Chili Soße, Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken.
5. Das Hähnchen in dünne Scheiben aufschneiden und mit dem Salat anrichten, Junglauch zum garnieren benutzen.

## FORUM FÜR KOCHKULTUR & LEBENSART

Johann Lafers Table d'Or GmbH & Co. KG · Hauptstraße 3 · 55452 Guldental

Tel.: 0 67 07 - 94 95-0 · Fax: 0 67 07 - 94 95-45

Amtsgericht Bad Kreuznach · HRA Nr. 20561 · Sitz Guldental · Geschäftsführer: Johann Lafer

[www.lafer.de](http://www.lafer.de) · e-Mail: [tabledor@lafer.de](mailto:tabledor@lafer.de)

© Johann Lafer

A handwritten signature in blue ink that reads 'Johann Lafer'. The signature is written in a cursive style and is positioned above a blue oval graphic element.

LA FER

TABLE D'OR