

Hier und heute



Gegrillter Spargel mit Parmesan und Zitronenhähnchen

Köchin Julia Floß begeistert unsere Gaumen mit einem sommerlichen Spargelrezept mit Zitronenhähnchen und Kapern vom Grill.

Das Rezept

von Julia Floß für vier Personen

Zutaten für gegrillten Spargel mit Parmesan und Kapern

- 1 kg weißer Spargel
- 3 EL Olivenöl
- 1 Zitrone (Saft + Abrieb)
- 1 TL Salz
- 1 dicke Prise Zucker
- 2 EL Kapern
- 40 g Parmesan
- 1 EL gehackte Petersilie

Zubereitung

Grill vorheizen. Wiederverwendbare Grillschale auf den Rost setzen. Spargel schälen und die holzigen Enden abschneiden.

Die Spargelstangen mit Olivenöl, Zitronensaft und -abrieb, Salz, Zucker und den Kapern in einer wieder verwendbaren Grillschale mischen und diese auf den Rost setzen – nicht direkt über der Glut, eher mit mittlerer Hitze arbeiten und dann den Deckel schließen.

Den Spargel regelmäßig wenden und insgesamt 15 Minuten garen. Den Spargel samt Sud auf eine Platte geben und mit gehobeltem Parmesan und Petersilie bestreuen.

Zutaten für gegrillte Zitronen-Hähnchenschenkel

- 1 Zitronen (Saft und Abrieb)
- 3 EL Olivenöl
- 2 Knoblauchzehen, gehackt
- 1 EL Honig
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- 4 Zweige Thymian
- 4 Hähnchenschenkel

Zubereitung

Eine Marinade aus Zitronenabrieb und -saft, Olivenöl, Knoblauch, Honig, Salz und Pfeffer anrühren. Die Thymianblätter abzupfen, fein hacken und in die Marinade geben. Nun die Hähnchenschenkel in die Marinade legen und mindestens eine Stunde ziehen lassen.

Den Grill vorheizen und die Hähnchenkeulen bei mittlerer Hitze rundherum grillen, bis sie gar sind. Die Keulen vom Grill nehmen, abdecken und vor dem Servieren vier Minuten ruhen lassen.