

# Fantastische 5-Minuten-Marinade für extra feine Hähnchenbrust

## Zutaten

2 Tassensaure Sahne

1/2 St.Zitrone – die Schale davon

nach Geschmack Salz und Pfeffer

nach Geschmack Kräuter (z.B. Dill, Thymian, ...)

## Zubereitung

Bestimmt habt ihr schon gehört, dass Milch, süße oder saure Sahne, bzw. Sauermilch dafür sorgen, dass das Fleisch nach dem Braten extra fein und schmackhaft ist. Bereitet euch diese Marinade am Vortag vor, marinieren damit das Fleisch, und ihr werdet sehen, dass es stimmt.

Saure Sahne in eine Schüssel geben. Zitrone unter fließendem Wasser gut waschen und eine Hälfte der Zitrone fein reiben. Sie wird den Geschmack betonen und die Marinade frischer machen.

Salzen, pfeffern und beliebige Kräuter dazugeben. Mit Dill habe ich die beste Erfahrung gemacht, außerdem wächst der Dill gerade reichlich im Garten und ist schön jung und schmeckt damit am besten.

Hähnchenbrust, -keulen oder -flügel in die Marinade legen. Es liegt an euch.



Am besten über Nacht marinieren lassen. Nach dem Braten oder Grillen wird das Fleisch sehr knusprig und saftig sein.

Quelle: <http://tiphero.com>