

## Orange-Chicken nach Jamaikanischer Art



### Zutaten für 4 Personen:

- 4-6 Hähnchen-  
oberkeulen
- 2,5 EL Jamaikanisches  
Jerk
- 2 Zwiebeln
- 1 EL Zucker
- 1 TL Salz
- 50 ml Olivenöl
- 50 ml Soja-Sauce
- 100 ml Orangensaft
- 200 ml Zitronensaft

### Zubereitung

Jamaikanisches Jerk, Salz und Zucker mit einem Schneebesen verrühren und langsam das Olivenöl einrühren. Danach die Soja-Sauce, den Zitronen- und den Orangensaft hinzugeben. Die Zwiebeln würfeln und mit unterrühren.

Die halbierten Hähnchenschenkel mit der Marinade einreiben und mind. 1 Stunde, am besten über Nacht, im Kühlschrank marinieren. Im vorgeheizten Backofen bei 180 °C 30-35 Minuten garen.

Die übrige Marinade wird während der Garzeit nach und nach über das Fleisch geträufelt.

Statt im Backofen zu garen, können Sie die Hähnchenschenkel auch auf einem Holzkohlengrill zu einer aromatischen Spezialität grillen.

### Unser Tipp

Als Beilage empfehlen wir Ihnen Kartoffeln, Pommes frites oder Salat.

