

Ingrediënten voor 4 personen

4 kipfilets 3 el goede olijfolie 1 teentje knoflook (ragfijn) 1 tl oregano 1 tl tijm 1 tl rozemarijn ½ tl komijn Zeezout Zwarte peper uit de molen

Tijd: 10-20 min.

Smaak: Hartig

Gang: Bijgerecht

Eigen_keuken: Ja

Vegetarisch: Nee

Grieks gemarineerde kipfilet met perfecte grillsmaak (BBQ)

Een heerlijke kipfilet die ik, mede door de juiste marinade de typisch Griekse grillsmaak heb gegeven en dat is verdomd goed gelukt.

Hulpmiddelen

Barbeque of grill, grillpan

Bereidingswijze

Doe de olie in een schaalje en meng de kruiden, peper en zout er door. Goed mengen want dit is de marinade. Neem de kipfilets, kerf ze aan de bovenkant een beetje in met een scherp mes (ruitjespatroon). Zo kan de marinade beter intrekken en dat komt de smaak alleen maar ten goede. Leg nu de kipfilets er in en zorg er voor met een lepel dat er overal marinade zit. Zet ze nu 2 -3 uur afgedekt weg in de koelkast. Zo heeft de marinade royaal de tijd om in het vlees te trekken. Je kan het ook een avond tevoren maken, nog beter. Tenslotte leg je ze op de barbecue of op de houtskoolgrill en roostert ze om en om mooi gaar en bruin. Als je ze omdraait bestrijk ze dan nogmaals met het restje van de marinade. Nu heb je een heerlijk mals stukje kip met de typische Griekse grillsmaak. Smullen maar weer!

Serveertips

In vleeschotel, mixed grill of los en een frisse Griekse salade, heerlijk.

