

AL-SAMAN IBTABEL

MARINIERTE WACHTEL

Zutaten (für 6 Personen)

- 6 Wachteln
- ½ TL Salz, plus extra Salz
- 3 Knoblauchzehen
- Saft von 1 Zitrone oder 3 EL weisser Essig
- 3 EL Olivenöl
- 2 TL getrockneter Oregano

Die Wachteln waschen und zum Abtropfen in einen Durchschlag legen. Das Rückgrat entfernen, die Wachteln auseinanderklappen und etwas flach drücken. Die Wachteln mit dem Salz einreiben. Den Knoblauch und eine Prise Salz im Mörser zerstoßen und dann mit dem Zitronensaft oder Essig, dem Öl und dem Oregano in einer grossen nichtmetallinen Schüssel verrühren. Die Wachteln für 2-24 Stunden hineinlegen. Den Grill auf mittlere Temperatur erhitzen und Wachteln auf jeder Seite 5 Minuten garen – nach Belieben auch länger.

