

Rezept

Hähnchen-Yakitori

Ein Rezept von Hähnchen-Yakitori, am 09.06.2026

Zutaten

3 EL Sojasauce	3 EL Mirin
1 EL Sake	2 EL Zucker
250 g Hähnchenbrustfilet	4 nicht zu dünne Frühlingszwiebeln
1 EL Sonnenblumenöl	4 kurze Holzspieße
Grillpfanne	Backpinsel

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Stück | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 135 kcal

Zubereitung

1. Sojasauce, Mirin, Sake und Zucker in einem kleinen Topf mischen. Einmal aufkochen, dann bei starker Hitze 3-4 Min. unter Rühren sirupartig einkochen lassen.

2. Das Fleisch trocken tupfen und in ca. 3 cm große Würfel schneiden. Frühlingszwiebeln waschen, putzen und die weißen Teile in 4 gleich lange Stücke (ca. 4 cm) schneiden. Die Fleischwürfel und Zwiebelstücke abwechselnd auf die Spieße stecken.

3. Eine Grillpfanne mit wenig Öl bepinseln und erhitzen. Die Spieße darin ca. 1 Min. anbraten. Auf die gegenüberliegende Seite wenden und die gegrillte Seite mit Sauce bepinseln. 1 Min. weiterbraten, auf die dritte Seite wenden, die gegrillte Seite bepinseln. Die vierte Seite ebenso braten. Diesen Vorgang noch 2-3-mal wiederholen. Die gegrillte Seite dabei immer gut mit Sauce bepinseln, dafür auch ausgetretenen Saft verwenden. Wenn die Spieße dunkelbraun glänzen, sofort servieren.