

Rezept

# Hähnchen-Yakitori Spieße

Ein Rezept von Hähnchen-Yakitori Spieße, am 09.06.2026

## Zutaten

<b>100 ml</b> Mirin (ersatzweise halbtrockener Weißwein)	<b>1 EL</b> Zucker
<b>50 ml</b> japanische Sojasauce	<b>350 g</b> Hähnchenbrustfilet ohne Haut
<b>2</b> kleine rote Paprikaschoten	<b>4</b> Limettenspalten
<b>8</b> Holzspieße	

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 150 kcal

## Zubereitung

1. Für die Marinade Mirin und Zucker zum Kochen bringen. Sojasauce einrühren, alles nochmal aufkochen, anschließend etwas abkühlen lassen.

---

2. Hähnchenbrustfilet trockentupfen, in 24 möglichst gleich große Stücke schneiden. Paprikaschoten waschen, putzen, in 16 ebenfalls gleich große Stücke teilen. Jeweils 3 Hähnchen- und 2-3 Paprikastücke abwechselnd auf die Holzspieße stecken.

---

3. Die Spieße nebeneinander in eine flache Schüssel legen. Mit der Marinade übergießen, Spieße wenden und 10 Min. ziehen lassen.

---

4. Backofen-Grill anheizen. Spieße aus der Marinade heben, abtropfen lassen und nebeneinander auf einen mit Alufolie belegten Rost legen. Zunächst 3 Min. grillen, dann weitere 3-4 Min. unter Wenden grillen, dabei immer wieder mit der restlichen Marinade bepinseln, bis sie glänzend glasiert sind. Hähnchen-Yakitori mit Limettenspalten servieren.