

Rezept

Hähnchen-Yakitori Spieße

Ein Rezept von Hähnchen-Yakitori Spieße, am 15.12.2025

Zutaten

100 ml Mirin (ersatzweise halbtrockener Weißwein)

50 ml japanische Sojasauce

2 kleine rote Paprikaschoten

8 Holzspieße

1 EL Zucker

350 g Hähnchenbrustfilet ohne Haut

4 Limettenspalten

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.