

Rezept

Oshi mit Yakitori-Hühnchen

Ein Rezept von Oshi mit Yakitori-Hühnchen, am 28.06.2026

Zutaten

300 g Hähnchenbrustfilet

5 EL Mirin

3 EL Sojasauce

3 EL Rapsöl

150 g Mango

400 g gekochter Sushireis (siehe Rezept-Tipp)

kaltes Essigwasser

3 EL Sake

4 EL helle Misopaste (siehe Rezept-Tipp)

2 EL Limettensaft

2 Ume-Boshi (jap. Salzpflaumen)

1 Bund Dill

Oshibako (Pressform für Oshi-Sushi, Innenmaß ca. 18,5 × 5 cm; Ersatz siehe Rezept-Tipp)

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 12 - 16 Stück | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 110 kcal

Zubereitung

1. Hähnchen abbrausen, trocken tupfen, längs in ca. 1 cm dicke Scheiben schneiden. Sake und Mirin etwas einkochen, vom Herd nehmen. Miso, Sojasauce, Limettensaft und Öl unterrühren. Hähnchen ca. 20 Min. darin marinieren. Backofengrill vorheizen. Hähnchen ca. 6 Min. grillen, dabei einmal wenden und 2 - 3-mal mit Marinade bepinseln.
2. Die Ume-Boshi entsteinen und hacken. Die Mango schälen, klein würfeln und mit der Ume-Boshi mischen. Den Dill waschen, trocken tupfen und klein zupfen. Die Oshi-Form wässern und bespannen. Den Rahmen abtropfen und auf den Boden der Form setzen. 100 g Sushireis in der Form verteilen, die Hälfte von Mango und Dill darauf verteilen, dann 100 g Reis daraufgeben. Die Hälfte der Hähnchenstreifen darauflegen. Den Deckel auflegen und gleichmäßig andrücken.
3. Den Deckel abnehmen, mit einem feuchten Messer entlang der Schlitzes in der Form schneiden. Deckel auflegen, Rahmen abziehen, dabei den Deckel fixieren. Zweites Oshi ebenso zubereiten.