

Rezept

Raclette-Satéspieße

Ein Rezept von Raclette-Satéspieße, am 18.12.2025

Zutaten

Für die Sauce

1/2	Bio-Limette	1/2 Bund	Koriandergrün
1 Stück	Ingwer (1 cm lang)	1	Knoblauchzehe
1 EL	Öl	1 EL	Sojasauce
1/2 TL	Sambal Oelek	100 g	Erdnussbutter
50 ml	Hühnerbrühe (ersatzweise Wasser)		Salz

Für die Spieße

600 g	Hähnchenbrustfilet	2 EL	Sojasauce
--------------	--------------------	-------------	-----------

Außerdem

12	Holzspieße oder Metallspieße
-----------	------------------------------

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 355 kcal, 17 g F, 42 g EW, 6 g KH

Zubereitung

1. Die Limette heiß waschen und abtrocknen, die Schale fein abreiben und den Saft auspressen. Den Koriander abbrausen und trocken schütteln, die Blättchen grob hacken. Den Ingwer und den Knoblauch schälen und klein würfeln. Alles mit den übrigen Zutaten in einen hohen Rührbecher geben und mit dem Stabmixer zu einer dickflüssigen Sauce pürieren. Die Sauce mit Salz abschmecken.
2. Das Hähnchenbrustfilet der Länge nach in dünne Streifen schneiden und mit der Sojasauce und 1 EL Erdnusssauce mischen. Das Fleisch abgedeckt 2 Std. im Kühlschrank marinieren lassen, dann die Filetstreifen ziehharmonikaartig auf die Holz- oder Metallspieße stecken.
3. Die Satéspieße auf der heißen Grillplatte ca. 10 Min. braten, bis sie gar und schön knusprig sind, dabei ab und zu wenden. Mit der restlichen Erdnusssauce servieren. Dazu passt am besten Basmati- oder Jasminreis.