Yakitori-Hähnchen

Kategorien: Fleischgerichte, Geflügelgerichte, Single, Snacks, Vorspeisen
Land / Stil: k.A. / k.A.
Bewertung: (noch nicht bewertet)



Zutaten

450 g Hähnchenbrustfilet
3 EL Sojasauce
3 EL Mirin (= japanisches alkoholhaltiges Würzmittel, NICHT pur trinken!!)
3 EL Sake (auch Reiswein genannt, da er aus vergorenem Reis hergestellt wird. Enthält ca. 15 Vol. % Alkohol, eigentlich kommt Sake aus Japan und ist ein Sammelbegriff für Alkohol, vom Geschmack her ähnelt Sake unserem trockenen Sherry und kann beim Kochen durchaus dadurch ersetzt werden.)
3 EL Zucker
1 EL Erdnußöl
2 Knoblauchzehen
10 g Ingwer
150 g Lauchzwiebeln
1/2 EL Erdnußöl
1 EL Sesam-Samen

Zubereitung

Hähnchenbrustfilet mit einem scharfen Messer (z.B. ein japanisches Messer) in ca. 2-3 cm große Würfel schneiden und in eine Schüssel füllen.
Für die Marinade dunkle Sojasauce, die besonders würzig ist, in einen Mixbecher füllen und mit Mirin würzen.
Sake, Zucker und 1 Esslöffel Erdnussöl zufügen.
Die Menge vom Zucker ist wichtig, damit die Marinade nach dem Einkochen als Glasur zum Überglänzen vom Yakitori - Hähnchen verwendet werden kann.
Knoblauchzehen und Ingwer schälen und in kleine Würfel schneiden.
Beides zur Marinade geben und mit dem Pürierstab fein pürieren, bis die Marinade leicht dicklich wird.
Die Marinade über das Hähnchenfleisch gießen, gut vermischen und mindestens 20 Minuten, besser länger, ziehen lassen.
Lauchzwiebeln putzen und in jeweils vier gleichgroße Stücke teilen.
Yakitori - Hähnchen im Wechsel mit quer aufgesteckten Lauchzwiebeln, wie oben auf dem Bild zu sehen, auf Holzspieße stecken.

Die Menge reicht entweder für 3 Schaschlikspieße aus Holz oder für 6 kleine Saté-Spieße aus Holz.
Eine Grillpfanne mit 1/2 Esslöffel Erdnussöl auspinseln und erhitzen.
Yakitori - Hähnchen aus der Marinade heben und die Spieße in der Grillpfanne von beiden Seiten scharf anbraten.
Dabei das Hähnchenfleisch mit einem Bratenwender möglichst flach drücken, damit das Fleisch gleichmäßig gart und die Lauchzwiebeln ebenfalls Kontakt zum Boden der Grillpfanne bekommen.
Man kann Yakitori - Hähnchen auch auf dem Holzkohlegrill zubereiten.
Die Temperatur auf mittlere Stufe zurückschalten und Yakitori - Hähnchen in ca. 2 Minuten pro Seite fertig braten.
Die Marinade in eine Stielkasserolle umfüllen und auf hoher Temperatur ohne Deckel einkochen lassen, bis eine dickliche, leicht klebrige Glasur entsteht.
Die Stielkasserolle vom Herd nehmen, damit die Glasur nicht einbrennt und die Spieße mit dem Yakitori - Hähnchen mit der Glasur ringsum einpinseln.
Yakitori - Hähnchen mit Sesam-Samen bestreuen und sofort servieren.

Tip: Yakitori - Hähnchen wird in Japan auf kleinen Holzspießen gegrillt.
Yakitori bedeutet soviel wie Grillhähnchen.
Man erhält diesen kleinen Snack rund um die Uhr an Verkaufsständen auf der Straße oder Snackbars und in kleinen Restaurants.
Den besonderen Geschmack erhält Yakitori - Hähnchen durch die Glasur, für die man die Marinade vom Hähnchenfleisch zum Schluss dicklich einkochen lässt und die Hähnchenspieße damit bestreicht.
Yakitori - Hähnchen lässt sich sehr gut vorbereiten, da das Hähnchenfleisch mindestens 20 Minuten marinieren sollte.
Man kann das Hähnchenfleisch auch über Nacht zugedeckt im Kühlschrank in der Marinade ziehen lassen.