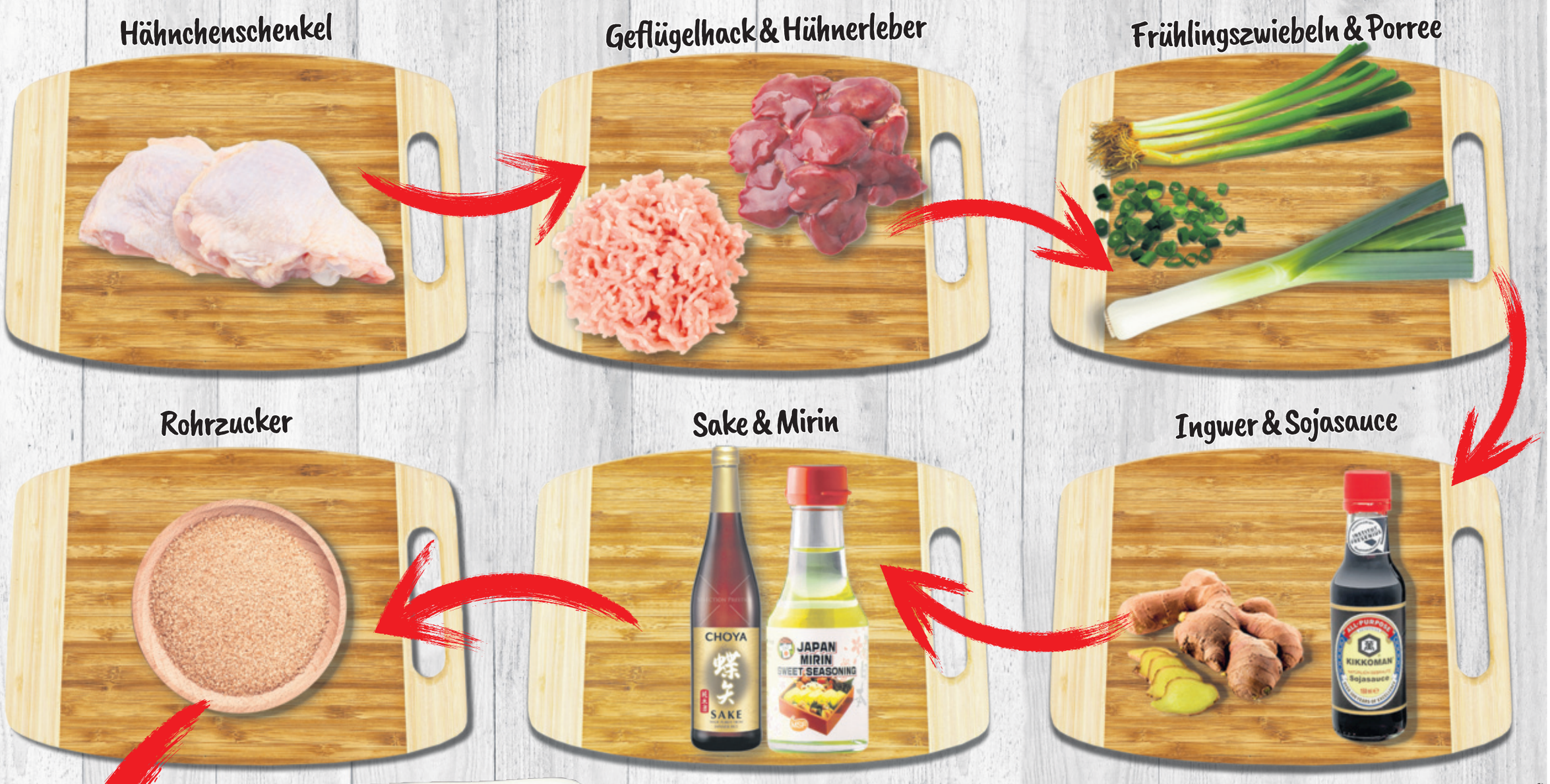
Yakitori-Spieße aus Japan für den Grill

Präsentiert von:
Handelshof
Der Frische-Profi
Genuss Rezept der Woche

Auch wenn es am Wochenende vielleicht nicht ganz so herrlich sonnig war wie in der letzten Woche: Viele grillen in diesen Tagen auf jeden Fall schon mal an. Vielleicht reichen die Temperaturen noch nicht für das ganz große, lange Fest mit unzähligen Gängen und Gästen, aber für eine kleine Snackpause langt es ganz bestimmt. Wie wäre es mit einem Klassiker der japanischen Holzkohle-Küche: Yakitori-Spießchen mit Hühnchen. Brauchen ein wenig Vorbereitung, auf dem Grill gehen sie aber schnell. Und wer Leber nicht mag, lässt diesen Spieß halt weg.

Zutaten Portionen: 4

400 g	ausgelöste Hähnchenschenkel (oder Hähnchenbrust)
500 g	Geflügelhack und 300 g Hähnchenleber
3	Frühlingszwiebeln und 1 Stange Porree
1 Stück	Ingwer (gerieben ca. 1 TL)
250 ml	Sojasauce
150 ml	Mirin und 150 ml Sake
4 EL	Rohrzucker und ca. 16-20 kleine Holz- oder Bambusspieße





Zubereitung: So wird's gemacht

Chicken-Yakitori sind ein beliebter Snack in japanischen Kneipen, den Izakayas. Klassische Varianten sind mit Hähnchenfleisch und Porree, mit Hühnerleber und Hühner-Hack.

- **Bambus- oder Holzspießchen** in Wasser einweichen, sonst verbrennen sie auf dem Grill.
- **Herstellung der Marinade:** Sojasauce, den Kochwein Mirin, den Sake und den Rohrzucker in einen Topf geben, bei starker Hitze aufkochen und einreduzieren lassen, bis die Sauce leicht dickflüssig wird. Abkühlen lassen.
- **Für die Varianten mit Porree: Hähnchenschenkel** von Knochen befreien, das Fleisch in Würfel (ca. 2,5 Zentimeter) schneiden. Beim **Porree** grüne Blätter und Wurzel abschneiden, Rest in ca. 16 gleichgroße Stücke schneiden.
- **Hähnchenschenkelwürfel** abwechselnd mit **Porreestücken** auf 4-8 Spieße (je nachdem, wie es passt) stecken, möglichst eng. Spieße mit Marinade bestreichen und diese antrocknen lassen.
- **Für die Hackfleisch-Spieße:** Grün der **Frühlingszwiebeln** fein hacken (das Weiße erstmal beiseitelegen), den **Ingwer** reiben, beides unters **Hackfleisch** mischen. Kleine **Hackbällchen formen**, jeweils 4 Stück auf einen Spieß aufspießen. Mit der selbstgemachten **Marinade** bestreichen.
- **Für die Leber-Spieße: Leber** gründlich waschen, trockentupfen, von Sehnen befreien. In mundgerechte Stücke schneiden. Weißen Teil der **Frühlingszwiebeln** in 2-3 cm lange Stücke schneiden. Abwechselnd **Leberstücke** und **Frühlingszwiebeln** auf die Holzspieße stecken und alles mit der Sauce marinieren.
- **Holzkohlegrill** anfeuern und die Spieße in 3-4 Minuten von allen Seiten angrillen, dabei immer wieder mit **verbliebener Marinade** bestreichen. Schön heiß und kross genießen.

Fotos: Shutterstock, iStockphoto/Getty, Weitere Rezepte unter www.handelshof.de/express-rezepte

Das Küchen-Lexikon

Geheimnisse der Teriyaki-Sauce

Teri" bedeutet so viel wie Glanz und „Yaki" kommt von „Yaku" und steht fürs Grillen oder Rösten im Japanischen. Die Zubereitungsart Teriyaki bezieht sich in der japanischen Küche auf mit einer süßen und leicht scharfen Sauce marinierten Fisch, der anschließend gegrillt wird. Fleisch in Teriyakisauce zu marinieren und zu braten, das ist tatsächlich ein Rückimport aus den USA. Yakitorispieße werden ursprünglich in einer selbst hergestellten Mischung aus Mirin (Kochwein), Sojasauce, Sake und Zucker eingelegt. Teriyakisauce besteht aus ähnlichen Zutaten, meist werden aber brauner Zucker (statt weißem Zucker) und manchmal auch Knoblauch, Zwiebeln, Paprika, Ingwer, Sesam und Zitrusfrüchte zugefügt. Die Spieße oben im Rezept kann man mit einer eigenen Marinade, wie angegeben, oder mit fertiger Teriyakisauce (z. B. von Kikkoman) marinieren, wenn man die Sauce nicht selbst anrühren und einköcheln lassen möchte. Das spart Zeit. Sehr lecker ist Teriyaki-Sauce übrigens auch auf Burgern, Lachs, Tofu, Pilzen und Auberginen, vor allem gegrillt.

