

Hühnerspieße mit Kiwisoße

Ausländische Küche » Asiatische Küche » Süß-Sauer

Zutaten (4 Personen)

- » 4 Hähnchenbrustfilet(s)
- » 2 Chilischote(n)
- » 2 Knoblauchzehe(n)
- » 1/2TL Ingwer
- » 100ml Teriyaki-Soße
- » 250g Reis
- » Salz
- » 1 Zwiebel(n)
- » 4 Kiwi(s)
- » 3EL Weißwein-Essig
- » 2EL Honig
- » 2EL Basilikum

Bewertung



Beschaffung

Spezial-Laden



Kosten

11-15€



Zubereitungszeit

91-120min

Zubereitung

1. Fleisch abbrausen, trockentupfen und längs in daumendicke Streifen schneiden.

2. Chilis abbrausen, putzen, entkernen, fein hacken. Knoblauch abziehen, eine Zehe zu den Chilis pressen. Beides mit Ingwer und Teriyakisoße verrühren. Die Hähnchenbrustfilets darin ca. 60min kühl marinieren.

3. Reis nach Packungsanleitung in Salzwasser garen. Zwiebel abziehen, fein hacken. Kiwis schälen, in feine Würfel schneiden. Beides mit Essig, Honig und Basilikum verrühren. Restliche Knoblauchzehe dazupressen und die Soße mit Salz abschmecken.

4. Fleisch auf Holzspieße stecken und auf dem Grill oder in einer Pfanne rundum ca. 5min braten. Mit Reis und Kiwisoße servieren.

Nährwerte: 420kcal/E23g/F6g/KH66g pro Portion

angelegt am: 30.11.2002

Rezept-Nr: 242

Die Rezept-Datenbank - <http://www.Rezept-Insel.de> - ©2025 M.Hennicke