



BASF

We create chemistry

Yakitori-Spieße mit Glasnudelsalat und Koriander



30 Minuten



4 Personen



Fleisch

Zutaten

- 170 g Glasnudeln
- 640 ml Salzwasser
- Koriander frisch
- Pfefferminz frisch
- 2 Karotten
- ½ Sellerieknolle
- 1 Lauch
- 40 ml Chili sauce süß
- 50 ml Sojasauce
- 30 ml Sesamöl
- 10 ml Limettensaft
- 1 TL Ahornsirup
- 500 g Hähnchenbrustfilet
- 20 g Ingwer
- 20 ml Sojasauce
- 2 Knoblauchzehen
- 2 EL Erdnussöl

Zubereitung

- 1) Glasnudeln mit Salzwasser übergießen, gar ziehen lassen und abkühlen. Glasnudeln abschütten, abtropfen lassen.
- 2) Minze und Koriander waschen und hacken. Gemüse waschen, schälen und in feine Streifen schneiden.
- 3) Glasnudeln mit Sojasauce, Sesamöl, Sweet Chili, Limettensaft und Ahornsirup abschmecken.
- 4) Gemüse, gehackte Minze und Koriander untermischen.
- 5) Für die Yakitori-Spieße Hähnchenbrustfilet in ca. 20 cm große Stücke schneiden. Sojasauce, Ingwer, Knoblauch und Erdnussöl mixen und die Hähnchenstücken marinieren. Für mind. 2 Stunden einlegen. Anschließend auf Spieße stecken.

Guten Appetit wünscht die BASF Gastronomie!

Weitere Rezepte finden Sie unter gastronomie.basf.de/rezepte

Wissenswertes

Yakitori kommt wörtlich aus dem japanischen und bedeutet übersetzt "Grillhähnchen". Probieren Sie die Spieße doch zum Beispiel auch einmal mit frischem Gemüse, wie Pilzen und Zucchini aus.

