Geflügelspieße
Yakitori

Yakitori sind japanische gegrillte Hähnchenspieße. Der Name setzt sich aus »yaki« (gegrillt) und »tori« (Huhn) zusammen. Traditionell werden Yakitori über heißer japanischer Binchotan-Kohle gegrillt, was ihnen einen rauchigen Geschmack und eine knusprige Textur verleiht.
Die Hähnchenteile, oft Hähnchenbrust, Schenkel oder Flügel, werden auf Bambusspieße gesteckt und mit einer süß-salzigen Sauce (Tare) oder einfach mit Salz gewürzt. Yakitori wird häufig in Izakayas (japanischen Pubs) serviert und ist ein beliebter Snack zu Getränken.
Es gibt viele Variationen von Yakitori, einschließlich vegetarischer Optionen wie Paprika, Pilze und Tomaten. Die Zubereitung ist relativ einfach und kann auch zu Hause auf einem Grill oder in einer Pfanne erfolgen.

Herkunft: Japan
Kategorie: Hauptspeisen, Geflügelgerichte

Marinieren / Einlegen / Ruhen: 30 Minuten
Vorbereitungszeit: 10 Minuten
Zubereitungszeit: 20 Minuten

Zutaten für 4 Portionen
400 g Putenfleisch
4 EL Sojasauce
4 EL Mirin
3 cm Ingwer

Vorbereitung
Die Putenschnitzel waschen, abtrocknen und in kleine Würfel schneiden (ca. 2 cm Kantenlänge). Aus der Sojasauce, dem Mirin und dem Ingwersaft eine Marinade anrühren, die Pute darin ca. 30 Minuten marinieren. Werden Grillspieße aus Holz verwendet, sollten sie zunächst in Wasser gelegt werden, damit sie nicht anbrennen. Einen Grill vorbereiten.

Zubereitung
Das Fleisch auf die Spieße stecken und gegrillt. Nach etwa 5 Minuten die Spieße wenden und sie nochmals mit der Marinade bestreichen, die Rückseite grillen. Dies wiederholen, bis das Geflügel gar ist. Serviert wird zu weißem Reis (japanisch zubereitet) mit einem Schuss Sojasauce. Statt der Putenschnitzel kann man auch ein ganzes Hähnchen nehmen und in kleine Stücke zerteilen (die Haut kann, muss aber nicht dran bleiben). Die Yakitori sind dann saftiger als mit den Putenschnitzeln.

© 2026 coquina.de