KIKKOMAN

Fruchtige Pouletspiesse

Gesamtzeit **70 Min.** **20 Min.** Vorbereitungszeit **30 Min.** Marinierdauer **20 Min.** Kochzeit

Nährwertangaben (pro Portion):
3'372 kJ / 843 kcal

Fett: **34 g** Eiweiss: **74 g**
Kohlenhydrate: **69 g**

ZUTATEN

2 Portion(en)

300 g	Pouletbrust
Marinade	
1.5 TL	Tabasco-Jalapeno-Sauce
6 EL	Kikkoman Teriyaki BBQ Sauce mit Honig & Rauchgeschmack
2	Knoblauchzehen
2 EL	Olivenöl
1 Bund	frische Minze
Plus	
200 g	frische Ananas
1	rote Zwiebel
1 EL	Limettensaft
1	rote Peperoni
1	kleine Zucchetti

ZUBEREITUNG

Schritt 1

Poulet in grosse Würfel schneiden. In eine Schüssel geben. Olivenöl, 6 EL Kikkoman Teriyaki BBQ Sauce Honig, gehackten Knoblauch, Tabasco-Sauce und gehackte Minze hinzugeben. Zum Marinieren beiseitestellen.

Schritt 2

Zucchetti in Scheiben schneiden. Peperoni in grosse Würfel schneiden. Rote Zwiebel vierteln. Ananas in grosse Würfel schneiden – ähnlich gross wie die Pouletwürfel.

Schritt 3

Fleischspiesse aus Holz vor dem Garen in Wasser legen.

Schritt 4

Poulet- und Gemüsestücke abwechselnd auf die Spiesse stecken, damit die Spiesse bunt aussehen.

Schritt 5

Spiesse auf mittlerer vorgeheizter Fläche ca. 15 Minuten grillieren, dabei von Zeit zu Zeit wenden, damit sie gleichmässig garen.