

Grillrezepte

Grillspezialitäten - Satayspieße Mit Erdnuss Soße

Anzahl: 4 Personen

Gattung: Geflügel, Grill, Hähnchen, Soße, Holland,

	Fleisch	
500 g Hühnerbrustfilet		Holzspieße
		Marinade
2 Essl. Tomatenketchup		60 ml Zitronensaft
2 Essl. Hoisinsauce*		2 Essl. Honig
2 Essl. Süße Chilisauce*		2 Teel. Frisch geriebener Ingwer
2 Zerdrückte Knoblauchzehen		
	Erdnuss-Sauce	
125 g Körnige Erdnussbutter		2 Essl. Süße Chilisauce*
2 Essl. Sojasauce		200 ml Ananassaft
125 ml Ungesüßte Kokoscreme*		

Die Hühnerbrüste längs halbieren und in ca. 5 cm breite Streifen schneiden. Die Zutaten für die Marinade gut verrühren. Das Fleisch darin zugedeckt im Kühlschrank einige Stunden oder über Nacht ziehen lassen.

Die Holzspieße mindestens 2 Stunden in kaltem Wasser einweichen, damit sie beim Grillen nicht verbrennen.

Die Fleischstreifen zieharmonikaartig auf die Spieße auffädeln und auf jeder Seite 3-4 Minuten grillen, bis das Fleisch durch, aber noch weich ist.

Für die Erdnuss-Sauce Erdnussbutter, Sojasauce, Kokoscreme, Chilisauce und Ananassaft in einen Topf geben und bei milder Hitze zu einer sämigen Soße verrühren.

Die warme Sauce zu den Satay-Spiessen servieren. Dazu passt Reis und Gurkensalat.

Tipp: Diese Zutaten sind im Asienladen erhältlich. Man kann dicke Kokosmilch auch selbst herstellen: 250 g Kokosflocken werden mit 250 ml heißem Wasser überbrüht. Wenn die Mischung noch lauwarm ist, knetet man sie mit der Hand kräftig durch und gießt sie dann durch ein feines Sieb, wobei man die Rückstände kräftig auspresst. Wenn man den Vorgang mit weiteren 250 ml heißem Wasser wiederholt, erhält man "dünne" Kokosmilch.